

Ressourcenaktivierung speziell für Frauen

Auf Anfrage

Was wollen Sie in einem Jahr umgesetzt haben?

In einem telefonischen Einzelgespräch (45 Min) vor dem Seminar erkunden wir Ihre Anliegen.

- Haben Sie öfters das Gefühl, Sie funktionieren zwar, aber in Ihnen steckt noch viel mehr?
- Sie haben Lust, Ihre Ressourcen zu aktivieren und diese in Ihrem beruflichen Alltag zu integrieren?
- Sie haben Lust, Ihre Potentiale zu entdecken und diese in Ihrem Leben zu integrieren?
- Müssen Sie wirklich bestimmte Dinge tun oder entscheiden Sie selbst?
- Welche Rollenerwartungen erfüllen Sie, welches sind Ihre Rollen und welchen Beitrag leisten diese?
- Wünschen Sie sich Ihre inneren Antreiber kennen zu lernen?
- Wünschen Sie sich Ihren Umgang mit Stress zu erkennen?
- Sie haben Lust, Ihre Denkgewohnheiten loszulassen und alternative Sichtweisen zu erkunden?

Zielgruppe: Menschen in einer beruflichen Standortbestimmung

Ziele: Die eigene Biografie und die inneren Antreiber verstehen.
Die Bedeutung von kumulativem Stress kennen und eigene Lösungen zum Umgang damit entwickeln.
Neue Denkgewohnheiten entwickeln, um Chancen zu nutzen.
Eigene Ressourcen erkennen und bewusst einsetzen können.
Selbstfürsorge und Selbstwirksamkeit erhöhen.

Leitung: **Regula Wyrsch Caviezel**
Coach, Supervisorin, Organisationsberaterin BSO (regulawyrsch.ch)
Ingrid Schertler
Supervisorin, Coach, Organisationsberaterin ÖVS (ingridschertler.at)

Termin: 1–2 Tage

Ort: Auf Anfrage

Investition: Auf Anfrage
Die Seminarkosten sind bei Anmeldebestätigung fällig.

Stornierung: Bis 30 Tage vor Seminar kostenlos, nach Verstreichen dieser Frist fallen 100 % der Seminarkosten an.

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf beratung@regulawyrsch.ch