

Seminar-Nr. 04022

Empowerment für Frauen - Zu Klarheit und innerer Stärke finden

Termin

24.06.2024 - 25.06.2024 , 14 Stunden

24.06.2024 von 09:30 bis 17:00 Uhr,

25.06.2024 von 08:30 bis 17:00 Uhr

Zielgruppe

Alle interessierten Mitarbeiterinnen, die mehr und mehr ihre Kraft entdecken und zum Ausdruck bringen wollen.

Inhalte

1. Mich selbst erkennen – Bewusstsein für meine ganz eigenen Stärken und Talente entwickeln
2. Innere Klarheit – Was will ich beitragen? Was will ich bewegen?
3. Mein Denken hat Power - Hinderliche Denkmuster entlarven und durch kraftvolle ersetzen
4. Sichtbarwerden – Vom Mut, sichtbar und hörbar zu sein
5. Verbundenheit stärkt – Mich klug vernetzen und gemeinsam mehr bewegen
6. Praxistransfer – Erarbeitung individueller Handlungsstrategien für einen powervollen Berufsalltag

Ziele und Methoden

Frauen haben weitreichende Fähigkeiten, Fertigkeiten und Talente. All die anerzogenen Bescheidenheiten, Zurückhaltungen und Selbstzweifel sind oftmals Barrieren und Fallen im Berufsleben, die viele Frauen aufhalten und teilweise auch unsichtbar machen. Wichtig ist, dass Frauen lernen, ihre Fähigkeiten überhaupt wahrzunehmen, zu berücksichtigen und in sie zu vertrauen. Der Rückzug in die zweite Reihe ist out. Sichtbarwerden ist die Zauberformel für ein erfolgreiches Berufsleben. Es geht also immer wieder um den Mut zum Sichtbarwerden. Denn nur eine Frau, die um ihre Power weiß, macht sich auch handlungsfroh auf den Weg, Dinge in ihrem Sinne zu verändern.

Methoden: Kurzvorträge, Selbsterforschung, viele interaktive und praktische Übungen, Kleingruppenarbeit.

Referent/-in

Kirsten Jule Lawall, Dipl.-Psych., Profitraining

Ort

Vitalia Seehotel

Bad Segeberg