

## Persönliche Kompetenzen erweitern und innere Sicherheit stärken

### Ziele und Nutzen

Im Seminar "Persönliche Kompetenzen erweitern" gewinnen Sie mehr innere Sicherheit. Sie reflektieren Mechanismen und Auswirkungen persönlicher Programmierungen. Sie arbeiten an Veränderungsmöglichkeiten, um mehr Flexibilität in schwierigen Situationen zu erreichen und um den persönlichen Handlungsspielraum zu erweitern. Sie reflektieren Ihre Fähigkeit zur Verständigung und Dialogbereitschaft in unterschiedlichen Alltagssituationen, um tragfähige Beziehungen in verschiedenen Kontexten zu gestalten.

### Inhalte

- Welches Selbstbild habe ich von mir?
- Welche Ziele habe ich in Bezug auf meine berufliche und persönliche Entwicklung?
- Wie gewinne ich mehr innere Sicherheit?
- Wie kann ich meine persönlichen Kompetenzen erweitern?
- Wie kann ich in festgefahrenen und scheinbar ausweglosen Situationen mehr Flexibilität erreichen?
- Was brauche ich, um vermeintliche Schwächen und persönliche Eigenheiten bei mir und anderen zu akzeptieren?
- Wie kann ich Entscheidungen treffen, dazu stehen und sie anderen mitteilen?
- Wie setze ich Grenzen, ohne in einen sturen Egoismus oder in ein starres Sich-Abschotten zu verfallen?
- Welche persönlichen Programme werden in schwierigen Situationen aktiviert?
- Welche Aspekte dieser Grundstrukturen/Programme erweitern meinen Handlungsspielraum, welche führen zu Blockaden?
- Wie kann ich meine persönlichen Kompetenzen erweitern und meine innere Stärke ausbauen, um selbstbewusst zu leben, gut mit Kritik umzugehen und selbstsicher zu kommunizieren?

Das Seminar führen wir als 5-tägiges Intensivseminar sowie als Seminar in zwei Teilen durch. Im zweiteiligen Seminar haben Sie die Möglichkeit, in der dazwischenliegenden Zeit das Erlernte auszuprobieren und Ihre Erfahrungen im 2. Teil zu reflektieren.

Wir begleiten Sie gerne mit Skype- oder Telefoncoaching, um nachhaltiges Arbeiten an Ihren Zielen zu unterstützen.

### Termine und Ort

Kompakt

10. bis 15.05.2020 in 83661 Lenggries-Fall

**Seminarpreis** zzgl. MwSt. und Hotelkosten

2.450,00 €

In 2 Teilen

Teil 1: 14. bis 16.09.2020 in 63322 Rödermark

Teil 2: 23. bis 24.11.2020 in 63322 Rödermark

2.450,00 €

Die Teile 1 und 2 sind nur zusammen buchbar. Bei Anmeldung werden Sie verbindlich und automatisch zu beiden Teilen angemeldet.