



BREUEL & PARTNER
WIR FÖRDERN WACHSTUM

Selbstakzeptanz und Unabhängigkeit stärken

Intensivworkshop

Wie stark unterstützen mich meine Ansprüche an mich selbst und wo behindern oder blockieren sie mich?
Was kann ich tun, um mehr Selbstakzeptanz, Resilienz, Unabhängigkeit und innere Stärke zu entwickeln?

Übertriebene und unrealistische Ansprüche an sich selbst oder eine zu starke Fokussierung auf Wertschätzung von außen können zu Stress führen und die Zusammenarbeit mit Kund:innen, Kolleg:innen und Mitarbeiter:innen negativ beeinflussen.

Ziel dieses Workshops ist, die Selbstakzeptanz zu stärken sowie innere Stärke und Ausgeglichenheit auszubauen. So können wir sicher und „unabhängig“ auftreten und uns selbst und anderen auf Augenhöhe begegnen. Das stärkt unsere professionelle Identität und ein sicheres, klares Handeln im Beruf.

Inhalte:

- Wie sehe ich mich selbst und wie akzeptiere ich mich mit all meinen Facetten?
- Welche Erwartungen habe ich an mich und wie kläre ich Erwartungen, die andere an mich haben?
- Wie gehe ich mit Druck von außen um, welchen mache ich mir selbst von innen?
- Wie entwickle ich mehr Unabhängigkeit von der Wertschätzung anderer?
- Wie kann ich gelassen und lösungsorientiert durch unsichere Zeiten gehen?

Termin und Dauer:

26. bis 29. November 2023 in 83661 Lenggries-Fall

Das Seminar beginnt am ersten Tag um 18:00 Uhr und endet am letzten Tag um ca. 17:30 Uhr.

Seminarpreis:

1.990 EUR zzgl. MwSt. und Hotelkosten