

Unternehmerakademie FRANKEN

Selbstcoaching-Werkstatt: Lösungen entwickeln, Hindernisse überwinden

Kurzbeschreibung <p>Probleme gibt es viele, aber nicht immer die passende Lösung dazu – so denken viele. Der Grund dafür liegt oft darin, dass sich viele Gedanken um das Problem kreisen.</p> <p>Lernen Sie, wie Sie mit Selbstcoaching vom Problem erfolgreich zur Lösung gelangen, in dem Sie festgefahrene Gewohnheiten verändern, Hindernisse überwinden und Emotionsmanagement einbeziehen. Wirkungsvolle Methoden helfen Ihnen dabei, Ihre inneren und äußeren Kräfte zu aktivieren.</p> <p>Dieses Seminar unterstützt Sie dabei</p> <ul style="list-style-type: none">• lösungsorientiert zu denken und zu handeln,• Ressourcen effizient einzusetzen,• hinderliche Denk- und Verhaltensmuster zu verändern,• Emotionen zu regulieren und• sich damit auch persönlich weiterzuentwickeln.	Termine <p>30.04.2019 Nürnberg</p> <p>06.12.2019 Würzburg</p> <p>09:00 -17:00 Uhr</p>
Inhalte <ul style="list-style-type: none">• In vier Schritten vom Problem zur Lösung• Ressourcen erkennen und effizient nutzen• Hindernisse überwinden<ul style="list-style-type: none">• raus aus der Problemtrance• Denkfallen erkennen• systemische Aspekte einbeziehen• Der Emotionsregler: Emotionen wahrnehmen & regulieren• Erkenntnisse aus der Gehirnforschung• Arbeitshilfen zur Selbstreflexion	Preis <p>€ 570 zzgl. 19% MwSt.</p>
Zusatzoption <p>Es besteht die Möglichkeit, im Anschluss an den Besuch des Seminars ein individuelles Coaching (persönlich oder telefonisch) zu buchen.</p>	Sonderpreis <p>2 x 1,5 Stunden € 300</p>
Zielgruppe <p>Inhaber, Geschäftsführer, Führungskräfte, Interessierte</p>	Trainer <p>R. Freisler</p>
Methoden <p>Input mit Praxistipps, Kleingruppen- und Einzelarbeit, Selbst- und Gruppenreflexion, Erfahrungsaustausch, Imaginationstechniken.</p>	