

Selbstoptimierung durch Selbsterkenntnis

Wie gut kennen Sie sich selbst?

Wie genau sind Sie sich Ihrer Schwächen bewusst?

Verfügen Sie über ein klares Bild Ihrer Stärken und Potenziale?

Im Rahmen einer individuellen „Entdeckungsreise“ lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre Denk- und Verhaltensmuster sowie ihre Wirkung auf andere besser kennen. Es werden für jeden von Ihnen konkrete Ansatzpunkte aufgezeigt, wie sich Prozesse der Selbstoptimierung einleiten bzw. gestalten und die Persönlichkeitsfitness steigern lassen. Denn in Ihnen steckt das Potenzial zur Selbstveränderung.

Im Rahmen des Seminars erstellt jeder Teilnehmer und jede Teilnehmerin einen persönlichen Entwicklungsplan. Dieser dient Ihnen als Orientierungsrahmen für die Weiterentwicklung Ihrer Persönlichkeit und verdeutlicht, an welchen „Stellschrauben“ gedreht werden kann.

Dozent:

Dr. Wolfgang Howald, Dipl.-Psych., Trainer, Berater und Coach

Arbeitsform:

Lehrgespräch, Praxis-Übungen

Fördermöglichkeit:

Bildungsscheck NRW, Bildungsprämie

Themen:

- Selbsterkenntnis als Basis für Persönlichkeitsentfaltung
- Persönliche Limits erkennen, verstehen und verändern
- Abgleich von Selbst- und Fremdeinschätzung:
Wie sehe ich mich selbst? Wie werde ich von anderen wahrgenommen?
- Latente Ressourcen und Potenziale in sich wecken und systematisch ausbauen
- Selbstbild als Schaltzentrale der persönlichen Entwicklung
- Grundlagen, Gestaltung und Grenzen von Selbstveränderungsprozessen
- Maßnahmen und Wege zur Selbstoptimierung

Termin: 28./29. Oktober 2021

Dauer: 2 Tage

Zeiten: 1. Tag: 10:00 - 18:00 Uhr
2. Tag: 09:00 – 17:00 Uhr

Preis: 565,- € (inkl. Mittagessen, Getränke und Lehrunterlagen)

Ansprechpartnerin:

Claudia Koppers, 02865 6084-11
c.koppers@akademie-des-handwerks.de

Verbindliche Anmeldung per Fax an: 02865 6084-10 oder online unter www.akademie-des-handwerks.de

zum Seminar „Persönlichkeitsfitness für den beruflichen & privaten Alltag“

Termin: _____ Bemerkungen: _____

Rechnung an: _____

Rechnung: per Mail per Post

Teilnehmer: _____

Straße: _____

PLZ / Ort: _____

e-Mail: _____

Telefon-Nr.: _____

Geburtsdatum: _____

Branche: _____ Betriebsgröße: _____

		EZ p. P.	DZ p. P.
Schloss	(DU, WC, Digital-TV)	<input type="checkbox"/> € 74,00	<input type="checkbox"/> € 54,00
Vorburg	(DU, WC, Digital-TV)	<input type="checkbox"/> € 74,00	<input type="checkbox"/> € 54,00
Gästehaus	(DU, WC)	<input type="checkbox"/> € 50,00	<input type="checkbox"/> € 37,50
Frühstück	€ 14,00	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Übernachtung vom _____ bis _____			