

MIT MEINER STÄRKE ©

Entwickle deine Persönlichkeit und werde Selbstbewusst – Abgegrenzt – Sozialkompetent

Ein gestärktes Selbstwertgefühl ist die Basis für mehr berufliche und persönliche Erfolge. Täglich werden neue Herausforderungen an uns herangetragen und wir sind gefordert, unsere Stärken zum eigenen Wohl und zum Wohl unserer Mitmenschen zu kultivieren.

Die Fähigkeit, selbstsicher und sich seiner Stärken bewusst aufzutreten, ist in uns angelegt und kann trainiert werden. Viele unserer natürlichen und angeborenen Ressourcen werden aktiviert, wenn wir uns regelmäßiger Selbstreflexion ohne Abwertung widmen. Sich selbst in seinen Stärken und Schwächen zu kennen und zu verstehen, ermöglicht ein besseres Vorankommen im persönlichen Entwicklungsweg. Bewusstes und wertfreies Beobachten und Reflektieren erleichtert nicht nur unser zwischenmenschliches Miteinander, es entspannt auch uns selbst und bietet die Grundlage für bewusste Weiterentwicklung.

*Deine Persönlichkeit ist schon da.
Wie kannst du die beste Version von dir selbst entfalten?*

Was kannst du in diesem Seminartag lernen?

- ✚ Individuelle Potenziale erkennen, entfalten und stärken
 - ✚ Selbstwert statt Selbstabwertung
 - ✚ Selbstsicherheit mit sozialer Kompetenz
 - ✚ Umgang mit Unsicherheiten und Ängsten
 - ✚ Persönliche Abgrenzungsmechanismen
 - ✚ Bewusste und unbewusste Reaktionen
 - ✚ Abbau negativer Gewohnheiten

Nutze das ganze Potenzial, das dir zur Verfügung steht!