

Selbstbild-Fremdbild-Wunschbild

Kurzbeschreibung	Entdecken Sie Ihren inneren Kompass, Ihre Wirkung und Potenziale Dieses Seminar führt Sie auf eine inspirierende Reise zu Ihrer inneren Klarheit und äußeren Präsenz. Sie reflektieren Ihr Selbstbild, erkennen, wie andere Sie wahrnehmen, und gestalten eine Vision Ihrer besten Version. Durch kreative und interaktive Übungen arbeiten Sie mit Ihrem Erfahrungsschatz, entdecken verborgene Ressourcen, hinterfragen hinderliche Glaubenssätze und verwandeln Ängste in Handlungsspielräume. Sie lernen Techniken, um Gedanken gezielt zu lenken und Ihre Wahrnehmung bewusst zu gestalten. Ein Fokus liegt auf Selbstkommunikation und dem bewussten Umgang mit Feedback, sowohl im Geben als auch im Annehmen, damit Sie klar, authentisch und wirksam auftreten. Kurzvideo zum Training: https://youtu.be/lq--ElyhZg4
Ziele	Das Seminar bietet einen geschützten Raum für Reflexion, Austausch und persönliches Wachstum. Es richtet sich an alle, die... • ihre Selbstkenntnis vertiefen möchten, • ihr Auftreten bewusster gestalten wollen, • innere Blockaden lösen und neue Handlungsmöglichkeiten entdecken möchten, • und mit mehr Klarheit, Authentizität und Wirkung in ihren Rollen, hineinwachsen wollen.
Name der Vortragenden	Mag. Ágota V. Szendrei, GF Szen3 Trainings & Coaching in Language U., Trainerin und Coach, Forscherin in Bildungswissenschaft und Künstlerin Vorstellungsvideo: https://youtu.be/jUHgOLnNsMg www.szen3.com // www.andrago.at 

Informationen zu den Rahmenbedingungen oder Pausen erfolgen vor Ort.