

# Empowerment

Selbstsicher agieren

Alle Teilnehmenden

- erfahren, wie sie als Person auf sich selbst und auf andere wirken, betrachten ihre besonderen persönlichen Merkmale und lernen sich und ihre typischen Verhaltensmuster in für sie wichtigen Situationen besser kennen.
- erarbeiten sich Wege, ihre persönlichen Stärken anzunehmen und auszubauen, sowie empfundene Schwächen zu akzeptieren und damit umzugehen.
- entdecken ihr eigenes Erfolgskonzept im Umgang mit anderen und zur Bewältigung beruflicher Alltagsbelastungen, um sich selbst bewusster einzubringen und schwierige Situationen zu meistern.

Sie nehmen am Seminar teil, um

- Ihr Selbstbild mit Hilfe des Fremdbilds zu erweitern und Ihre persönliche Überzeugungskraft durch gesunde Selbstsicherheit zu steigern.
- Persönlichkeitsmerkmale und Verhaltensvorlieben besser wahrzunehmen.
- Entwicklungschancen und Anforderungen im Beruf zu klären, zu durchdenken und zu beurteilen, eigene Begabungen zu entfalten sowie Lebenspläne zu fassen und fortzuentwickeln.

Inhalte

- Persönlichkeit: Was ist das, wie wird sie deutlich und was macht sie Wertvoll?
- Auftreten: Wie wirke ich auf andere, und wie ist die Resonanz darauf?
- Achtsamkeit: Wie erkenne ich mich selbst und analysiere meine persönlichen Stärken, meine zu entwickelnden Potenziale und meine Entfaltungsmöglichkeiten?
- Empowerment: Welche Bedeutung hat positives Denken für Erfolg, Zufriedenheit, Selbstsicherheit und Durchsetzungsvermögen?
- Work-Life-Balance: Welche Methoden zum Abbau von Alltagsbelastungen, zur Stressbewältigung und zur Selbstmotivation steigern meine Lebensqualität?
- Entwicklung: Welche Strategien zur persönlichen Wertsteigerung werde ich nutzen?

Methoden

Impulsvorträge des Trainers, Einzel- und Gruppenarbeit, praxiserprobte Checklisten, Tipps und Hilfsmittel aus der CCC-Toolbox, Videostudien, Diskussion, Feedbackgespräche, Umsetzungsbegleitung

Leitziel

Sie erkennen die prägenden Merkmale Ihrer eigenen Persönlichkeit, die sich unter anderem in der Kommunikation mit anderen äußern, besonders welche Ihrer Stärken sich offen nach außen zeigen. Durch die Analyse eigener Situationen werden Ihnen individuelle Wege zur persönlichen Entwicklung bewusst gemacht.

Zielgruppe

Fach- und Führungskräfte aller Verantwortungsebenen, Führungsnachwuchskräfte, Stäbe, Spezialisten, Projektleiter

Erfahrene TrainerIn

ChangeCultureConsultants AG

Dauer: 2 Tage

Termine

nach Absprache

Kontakt

[info@ccc-ag.de](mailto:info@ccc-ag.de)