

Vortrag und Workshop

# „Tu was du willst!“

## Wege zum bedürfnisorientierten Selbstmanagement



Wer möchte nicht dieser Ermunterung folgen? Doch ganz einfach ist dies für die meisten von uns nicht; viele Menschen werden das Gefühl nicht los, dass Rahmenbedingungen und Sachzwänge ihr Wollen maßgeblich beeinflussen, ihre Selbstwirksamkeit erheblich einschränken.

Wie finde ich also meine ganz persönliche Orientierung bei steigenden Anforderungen in Beruf, Familie und Freizeit? Wie finde ich Balance zwischen den zahlreichen an mich gerichteten Erwartungshaltungen und meinem persönlichen Können und Wollen?

Der **Vortrag** soll Lust auf Veränderungsschritte in Richtung von mehr Selbstbestimmung machen.

Im **Workshop** erarbeiten Sie Ihren persönlichen Veränderungsplan, eine Art Logbuch für Ihren Veränderungskurs. Es geht also nicht um allgemeine Rezepte, sondern um die Konzeption ihrer individuellen Strategie zur Orientierung an Ihrem Selbst.

### **Vortrag:**

Do 11. 2. 19:00 Uhr / € 20,-

### **Workshop:**

Sa 27. 2. 10:00 bis 18:00 Uhr / € 120,-

**“If you always do  
what you`ve always done,  
you`ll always get  
what you`ve always got!”**