



Selbstmanagement – Sweet Spot Training

2-tägiges Seminar

Der Sweet Spot ist die Zone, in der sich unserer Interessen, unsere Talente und unsere berufliche Tätigkeit zu einem idealen und effektiven Zusammenwirken bündelt. Wenn sich etwas im Sweetspot befindet, hat es bzw. erhält es die optimale Wirkung, die sich häufig durch große Leichtigkeit und Stimmigkeit des Tuns auszeichnet.

Dieses dreitägige Sweet Spot Training unterstützt Sie bei der Suche nach der Aufgabe und der inneren Haltung, durch die eine sinnstiftende und erfüllende Berufstätigkeit- oder auch ihre Berufung- verwirklicht wird.

Es ist ein fundiertes Coachingprogramm, dass Ihre persönliche Vorlieben und Leidenschaften ebenso berücksichtigt wie lang vergessene Kindheitsträume.
Für Berufsum-, Auf- und Einsteiger geeignet!

Ziele

- Stärken der Eigenverantwortung, Klarheit in Bezug auf eigene Wünsche und Talente
- Erarbeiten einer persönlichen Landkarte
- Finden und Bestimmen des Sweet Spots (optimale Schnittmenge von individuellen Fähigkeiten, Interessen und Unternehmensbedürfnissen)
- Impulse setzen und ermutigen, aktiv daran zu arbeiten, die persönliche Zufriedenheit zu erhöhen und mögliche Perspektiven zu durchdenken

Inhalte

- Bestandsaufnahme: Stärken, Talente, Interessen, Möglichkeiten und Herausforderungen bestimmen
- Vision eines gelingenden Lebens: Bedürfnisse, Träume, Sehnsüchte erkennen
- Hindernisse und Ressourcen identifizieren
- Zielsetzungen entwickeln und erste Schritte planen

