



Energiekompetenz

Gelassen und souverän durch den Tag...

„Zufriedener und erfüllter leben, effektiver und erfolgreicher handeln, gelassener sein...“ wer wünscht sich das nicht?

Für den Unternehmenserfolg und den privaten Erfolg ist es wichtig, dass Menschen Leistung bringen wollen und vor allem auch können. Ziel des Seminars ist, dass die Teilnehmer lernen, eigenverantwortlich zu handeln, die eigenen Leistungsressourcen zu erkennen und zu nutzen, sich selbst zielorientiert zu organisieren und effektiv zu handeln.

Der positive Umgang mit Stress und die Aktivierung der eigenen Kraftquellen sind ein wesentlicher Bestandteil des Seminars.

Weitere Inhalte sind:

- Lebensqualität und Work- Life Balance
- Fokussiertes und lösungsorientiertes Denken
- Selbstmotivation
- Entspannungstechniken

Die Praxistauglichkeit und einfache Umsetzbarkeit der Inhalte im Berufsalltag steht im Vordergrund.

Lernen Sie Wege zu mehr Energie und Motivation kennen!

Seminardauer: 1 Seminartag, 10-16 Uhr

Ort: nach Absprache

Zeiten: frei wählbar, Wochenende

Personen: 8-15 Teilnehmer

Kosten: 1000 € pro Seminartag plus MwSt.

