

Powerfrau und Herzensweib – durch Klarheit erfolgreich und glücklich

Termin: 16. / 17.5.2014

Zeit: Fr: 10-18 Uhr, Sa: 9-15 Uhr (14 UE)

Ort: Gut Karlshöhe, Karlshöhe 60 d, 22175 Hamburg

Kosten: Euro 310 (inkl. Seminarverpflegung und Pausengetränke)

Euro 270 ermäßigt für VDOE-, Quetheb-, VDD-, VFED- und FET-Mitglieder

Referentin: Dr. oec. troph. Judith Kettler

Adipositas-Trainerin, Quetheb-Zertifizierung, ausgebildeter Coach, lizenzierter Tipping-Coach, Prozessbegleiterin. Selbständige Ernährungsberaterin in eigener Praxis mit den Schwerpunkten genussvolles Essen und Trinken sowie Lebensqualität. Referentin und Dozentin für Unternehmen und Weiterbildungseinrichtungen. www.praxisfuerkopfundbauch.de

Ziel:

In diesem Seminar wird das eigene Profil geschärft, um mit einer klareren Ausstrahlung interessante Projekte und Kooperationspartner zu finden. Durch Selbstreflexion lernen die Seminarteilnehmerinnen ihre Stärken kennen, aber auch ihre verinnerlichteten begrenzenden Überzeugungen (z. B. "Ich bin nicht gut genug"), welche sie am Erfolg hindern. Praktische Übungen unterstützen die Teilnehmerinnen dabei, diese Überzeugungen umzuwandeln und dadurch mehr Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit zu gewinnen.

Zielgruppe:

Frauen in Gesundheitsberufen, die sich persönlich weiterentwickeln und ihre verborgenen Stärken und Potentiale entdecken wollen.

Inhalte:

- Selbstreflexion: was sind meine Stärken, worin liegt mein Entwicklungspotential?
- Begrenzende Überzeugungen kennen lernen und umwandeln: vom Selbstzweifel zur Selbstsicherheit
- Powerfrau und Herzensweib: Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Handeln aus einer Haltung von Freude, Fülle und Vertrauen
- Interpretation von Körperhaltung und Sprache
- Kooperationen und Konkurrenz: erfolgreich Netzwerken

VDOE: Anerkannt für Baustein Management im Rahmen des Zertifikats: 2 Tage
Quetheb: 4 Punkte (2 M/2 P); VDD: 14 Punkte; VFED: 14 Punkte im Bereich 5