
Selbstcoaching – Handwerkszeug für gelebte Visionen

Bildungsurlaub

Mit gezielten Coachingübungen

kreativen Medien und Traumreisen werden wir eigene Visionen klären und zu konkreten Zielen und greifbaren Projekten formen. Sie bekommen Werkzeuge an die Hand, um möglicherweise unterwegs auftauchende Blockaden in Ihnen zu verwandeln. So können Sie Ihre Stärken wieder anerkennen und kraft- und lustvoll handelnd Ihrer Vision folgen. Herz, Hirn und Bauch geben Ihrem Projekt Hand und Fuß.

Ziele:

- Coaching-Werkzeuge vermitteln, um die eigene Vision in ein greifbares Projekt zu formen
- Wege und Methoden üben, um ziel- und handlungsorientiert berufliche Visionen umzusetzen
- Zuversicht und Selbstwert und -bewusstsein fördern

Inhalte:

- Klärung der Vision / des Projektes
- Ziele formulieren
- Strategische Methoden zur Zielerreichung kennen lernen
- Verwandlung der verhindernden Glaubenssätze
- Stärken anerkennen
- Selbstwert und Geld
- Transfer in den Alltag

Methoden:

Einzel- und Kleingruppenarbeit, Traumreisen, Wahrnehmungsübungen, Aufstellungen, Theorievermittlung, gezielte Coaching-Übungen, kreative Medien

Zielgruppe:

Alle Frauen, die ihre Vision klären wollen und Handwerkszeug zur Umsetzung suchen

Referentin:

Iris Gordon, Jg. 1951, Coach und Therapeutin in eigener Praxis in Hamburg, Hypnotherapeutin. Trainerin in der Berufsbildung, Erwachsenenbildnerin seit über 25 Jahren, Coaching-Fortbildungen.

Kosten

inkl. Ü/V: zwischen 380,- € bis 580,- €

Anmeldung bitte direkt über:

Frauenbildungshaus Zülpich, Prälat-Franken-Straße 22, 53909 Zülpich
www.frauenbildungshaus-zuelpich.de, [info\(at\)frauenbildungshaus-zuelpich.de](mailto:info(at)frauenbildungshaus-zuelpich.de)
Tel.: 02252 - 6577
Fax: 02252 – 4257

Fragen zum Inhalt des Seminars

gern an Iris Gordon persönlich:
Tel: 040 38616410 oder per e-mail unter : [mail\(at\)iris-gordon.de](mailto:mail(at)iris-gordon.de)
www.iris-gordon.de