

# Wann hattest Du Dein letztes 1:1 mit Dir selbst?



Selbstführung und Resilienz als Schlüssel zur persönlichen und beruflichen Weiterentwicklung

Ziel: Du erlangst praktische Erkenntnisse und Take-Aways für dich und deinen persönlichen Arbeitsalltag!



Identifiziere deine **persönlichen Stärken** und erkenne, wie du damit die Voraussetzungen für deine persönliche und berufliche **Weiterentwicklung** schaffst.



Elerne und erprobe praktische Methoden der **Selbstführung**, um dein **Wohlbefinden** zu steigern und deine **Resilienz** und berufliche **Leistungsfähigkeit** zu erhöhen.



Diskutiere, welche **Voraussetzungen** wir schaffen müssen, um eine **Umsetzung** im Berufsalltag zu ermöglichen.



Dieser Workshop ist wie gemacht für dich, wenn du:

- ✓ dich manchmal fremdbestimmt und in einem Hamsterrad fühlst *oder*
- ✓ Du gerade versuchst herauszufinden, wohin deine persönliche (Entwicklungs-)Reise geht *oder*
- ✓ deine positiven Erfahrungen auf dem Weg zur Selbstbestimmtheit mit anderen teilen möchtest!