

2. Erfolg beginnt im Kopf

Trainerin: Dr. Angela Daalman

Do, 05.12.2019, 9 - 17 Uhr

Ort: Von-Bar-Str. 2/4, Konferenzraum

Anmeldung bis zum 10.10.2019, max. 12 TN

Erfolg beginnt im Kopf

Hintergrund

„Man springt nur so weit, wie man im Kopf schon ist“, sagte der ehemalige Skispringer und Olympiasieger Jens Weißflog. Eine erfolgreiche Karriere in Wissenschaft und Forschung oder im Management aufzubauen, hängt nicht nur von guter Leistung ab, sondern auch von der inneren Haltung und strategischer Planung. Hier denken und handeln Frauen oft bescheidener als Männer, obwohl sie eine mindestens gleichwertige Qualifikation aufweisen. Ein Gleichgewicht zu ermöglichen, ist Ziel dieses Workshops.

Was wir uns vorstellen, visualisieren und planen, kann Wirklichkeit werden. In diesem Workshop lernen Sie, den eigenen Erfolgsweg auf Basis Ihrer persönlichen Motive und Stärken näher zu definieren. Sie erhalten Werkzeuge, mit denen Sie Ihre Denk- und Verhaltensmuster optimieren können und Ihre Ziele erfolgreich, mit Leichtigkeit und Freude erreichen.

Ihr Nutzen

- + Sie stimmen den persönlichen Karriereweg auf die eigene Persönlichkeit ab
- + Sie lernen, wie Sie sich selbst motivieren – auch wenn es mal schwierig wird
- + Sie steigern Ihre Selbststeuerungskompetenzen
- + Sie entwickeln Ihr persönliches Mottoziel und verankern dieses im Bewusstsein und Unterbewusstsein

Inhalte

- + Was heißt Erfolg für Sie persönlich?
- + Das Rubikon-Modell – der Weg vom Bedürfnis zur Handlung
- + Die vier Funktionssysteme des Gehirns nach der PSI-Theorie
- + Die eigenen Motive erkennen und nutzen
- + Mottoziele, Embodiment und Priming nach dem Zürcher Ressourcen Modell
- + Stärken stärken! Signaturstärkentest aus der Positiven Psychologie
- + Power-Posen, positiver Self-Talk und Reframing für den Erfolg



www.angeladaalman.de