



TOM ANDREAS

Coaching · Seminare · Training

GUT NAVIGIEREN

Vom Wünschen und Zielen zu Plan und Tat



Jahresanfangs-Workshop mit Tom Andreas

Die Kunst der Selbstführung

Ein Jahresanfang ist immer eine gute Gelegenheit sich aktiv zu orientieren, den Wandel und die Entwicklung gut vorbereitet „selbst-bewusst“ zu gestalten.

Eigene Wege gestalten statt „gute Vorsätze“ und „fremde Ziele

Sich Zeit nehmen für gute Vorbereitung. Das kommende Jahr aktiv angehen. Sich der eigenen Bedürfnisse bewusst werden. Eigene Motive und eigene Motivationen finden.

Wiederentdeckung der eigenen Kompetenzen und Ressourcen

Die eigenen Kompetenzen und Talente erkennen.
Strategisch klug die Steuerung selbst übernehmen.
Kraftvoll Handeln. Nach vorne gehen

Sich Zeit nehmen und auf den eigenen Weg machen Erleben

Für diejenigen, die den eigenen Weg „selbst-bewusster“ gestalten und die Weg-Führung in die eigene Hand nehmen wollen. Für diejenigen, die ihre Ziele strukturiert selbst bestimmen wollen.
Für diejenigen, die wieder Mut und Lust auf Zukunft erleben wollen.

Professionelle Prozessführung

Methodische Grundlage für den Prozess sind systemisches NLP, lösungsfokussierende Perspektiven, Arbeit mit unbewussten und bewussten Bilderwelten (ZRM, Motivationspsychologie und Ericksonsche Interventionen)



TOM ANDREAS

Coaching · Seminare · Training

Gut navigieren | Tom Andreas | Januar 2024

Zukunft selbst gestalten
Beziehungen sichtbar
werden lassen

Ziel dieser Tage ist eine strukturierte, lebendige und ressourcvolle Haltung und praxistaugliche Strategie für die eigene Zukunft – auf bewusster und unbewusster Ebene - selbst zu erarbeiten.

Die Bausteine des Seminars:

Selbstführung

Die Kunst der Selbstführung als erlebnisnahe Erfahrung; anschauliche Modelle und Theorie-Grundlagen für den Umgang mit Zielen

Kompetenzen und
Ressourcen

Die eigenen Talente, Kompetenzen und Ressourcen im strukturierten Prozess erkennen

Bedürfnisse
verstehen

Eigene Bedürfnisse erkennen und verstehen - anhand von Bilderwelten sich bewusst machen und in Motive wandeln

Ziele finden und
strategisch angehen

Strukturierte Vorgehensweisen für die Formulierung und Verwirklichung eigener Werte und Ziele kennenlernen und strategisch zur Verwirklichung nutzen

Verstehen, umsetzen
und anwenden lernen

Praxishilfen und gemeinsame Reflexionen zur Integration der Prozesse in die eigene Praxis -auch z.B. im Coaching- oder Führungskontext

Das Besondere in diesem Seminar:

lebendig

Lebendig, gut und strukturiert geführt den Jahreswechsel und die eigene Zukunft bewusst gestalten

professionell

Tieferes Verständnis vom Umgang mit Bedürfnissen und Zielen

hilfreich

Klar strukturierte Hilfen für die Praxis der eigenen Zukunftsgestaltung mit sich und auch mit Anderen

Erfreulich ;-)

Durch die Ressourcenfokussierung ist ein erfreulicher Nebeneffekt der Tage mehr Gutes über sich selbst zu wissen und mehr der eigenen Zukunft zu vertrauen!

Termine und Zeiten

Samstag, 13.1.2024, 10 - 19 Uhr
Sonntag, 14.1.2024, 10 - 15 Uhr

Ort

„Zendo Köln e.V.“, Karolingerring 19 (Innenhof), 50678 Köln

Seminargebühr und
Anmeldung

Kosten für das Seminar inkl. Pausenverpflegung und Unterlagen: 320,00 EUR inkl. MwSt. Bildungsförderung auf Anfrage.
Die Anmeldung schicken Sie bitte per E-Mail an: info@tomandreas.de
Rückfragen per E-Mail jederzeit; am Telefon sind wir dienstags bis donnerstags von 10 bis 13 und 14 bis 17 Uhr gerne persönlich für Sie da!
Fon: 0221/9404680