

Frauen-Power Power-Frauen

Frauen mussten sich in den männerdominierten Strukturen der letzten Jahrhunderte in vielen Bereichen ihren Platz schwer erkämpfen. Darunter litten nicht nur die Frauen selbst. Ein großer Teil der sozialen und kulturellen Aspekte des Weiblichen wurde schwächer, manches ging verloren. Wir leben in einer Zeit des Wandels und der Gegensätze. Wenngleich die Technologisierung der Welt noch nie so groß war wie heute, so ist auch der Ruf nach Menschlichkeit und Wärme unüberhörbar. Durch die Qualitäten des Weiblichen kann vieles wieder in Balance gebracht werden. Dazu braucht es die Stärkung der Frauen und die Wiederbelebung des Femininen in all seinen Facetten.

Inhalte

- **“I’m every Woman”**
Frauen im Wandel der Zeit und die Bedeutung für das aktuelle Leben
- **“Look inside Yourself”**
Selbstwahrnehmung durch Selbstzuwendung
Achtsamkeit als Tool
- **“Take the Chance”**
Selbstbewusstsein durch Selbststeuerung
Chancen aus dem Meer der Möglichkeiten erkennen und ergreifen
- **“Be the Captain, not the Sailor”**
Selbstwirksamkeit durch Selbstregulierung
Beobachterin oder Schöpferin?
- **“Follow your Heart”**
Selbstvertrauen durch Selbsterkenntnis
Bauch, Herz oder Hirn? Wer entscheidet?
- **“FE * MALE”**
das Weibliche und das Männliche
Ergänzen statt Bekämpfen

Seminarziel

- gestärkte Frauen, die ihre spezifischen Qualitäten selbstsicher und authentisch in Ihr Unternehmen einbringen
- ausgeglichene gemischte Teams, die einander produktiv ergänzen
- Prävention psychischer und physischer Erkrankungen
- geringere Fluktuation und
- stärkere Bindung an das Unternehmen

Mag.^a
Martina
Pichler

Angebot

1-Tages-Seminar (8 Stunden)

Seminarsprache: Deutsch

offen für berufstätige Frauen jeden Alters

Raumanforderungen: ruhiger Raum, Flipchart,
Beamer, evtl. Sitzpolster und/oder Decken

max. 14 Teilnehmerinnen

Kosten auf Anfrage

