

## Ausgewert? Unzufrieden? Getrieben?

Kennen Sie das Gefühl, ein Gefangener des Alltags zu sein, vor lauter Stress und Hektik die eigenen Wünsche und Ziele in den Hintergrund zu stellen oder gar aus den Augen zu verlieren?

Ist es eine grosse Herausforderung für Sie, Arbeit und Beruf unter einen Hut zu bekommen und allem gerecht zu werden?

Es gibt immer wieder Momente im Leben wo es sich lohnt einen kurzen Augenblick inne zu halten und sich darüber Klarheit zu verschaffen, wo man derzeit steht und wohin man möchte.

Ob der eingeschlagene Weg zum gewünschten Ziel führt und ob man überhaupt noch ein Ziel vor Augen hat.

## Nehmen Sie sich Zeit IHRE Strategie zu entwickeln und damit Ihre persönlichen Ziele wieder in den Fokus zu stellen

In 1.5 Tagen erarbeiten wir gemeinsam Ihren persönlichen Aktionsplan, um Ihre Ziele in den Mittelpunkt zu stellen und diese gezielt anzustreben.

- Wir reflektieren gemeinsam Ihre aktuelle Situation und erarbeiten einen ganzheitlichen transparenten Überblick.
- Gemeinsam verschaffen wir uns Klarheit über Ihre persönlichen Wünsche und Ziele.
- Sie werden sich bewusst, welche Hürden es zu nehmen gilt und welche Klippen umschifft werden müssen.
- Sie werden sich ihrer Fähigkeiten bewusst und lernen Ihre Stärken bewusst einzusetzen.
- Gemeinsam erarbeiten wir einen praxisorientierten Aktionsplan, mit dem Sie sich Schritt für Schritt Ihren Zielen nähern.

## Reflektion – Klarheit – Aktionsplan – Energie – Zufriedenheit

### Zielgruppen:

- Personen, die den ganz „normalen Wahnsinn“ bedenkenlos meistern möchten.
- Personen, die Verantwortung tragen oder zukünftig mehr Verantwortung übernehmen wollen.
- Personen, die schwierige Situationen leichter meistern möchten.
- Personen, die über Selbsterkenntnis neue Möglichkeiten entwickeln wollen.
- Personen, welche bereit sind, sich zu öffnen und an sich zu arbeiten.

**Umfang:**

- 1.5 Tage

**Workshop Leitung:**

- Pascale Buschacher (Leitung)
- Fabian Emmenegger (Co-Leitung)