

Was macht mich glücklich?



ganzjährig



2 Tage



4-8 Teilnehmer



Kloster Johannisberg/Rheingau



295,00€



Übernachtungsoptionen vorhanden

Kurzbeschreibung

Wer kennt es nicht, das Gefühl im Hamsterrad festzustecken und der Alltag frisst einen auf? Wir schauen uns die eigenen Lebensbereiche und –rollen an. Arbeit, Körper, Beziehung und Sinn. Wir erstellen ein Balance- und Wertemodell, eine Geburtstags-/Grabrede, einen Wunschzettel, Priolisten, Visualisierungen...

Dieses Seminar ist nicht zur Wissensvermittlung gedacht. Es werden auch keine gut gemeinten Ratschläge verteilt. Es soll stattdessen einen Rahmen bieten, in dem jeder Teilnehmer -unter professioneller Prozessbegleitung- seine eigenen, ganz individuellen Ergebnisse erarbeitet. Und der Spaß soll dabei nicht zu kurz kommen! Zur Auflockerung zwischendurch gibt es kleine ‚Erlebnishäppchen‘ wie z.B. einen Blindwalk, ein Mini-Schweigegeübde, eine Weinprobe.

Fragestellungen

- Was hat mich geprägt?
- Starkmachende Herausforderungen?
- Erste Erfolgserlebnisse?
- Vorbilder/Mentoren?
- Einschränkende Glaubenssätze?
- Welche Ressource habe ich?
- Was bringt mich zum „Brennen“?

Benefits

- Auszeit vom Alltag in inspirierender (Kloster)Atmosphäre
- Abstand und Metaperspektive
- Visualisierung / Zielszenariengestaltung
- Vielfältige Tools
- Austausch / Anregung
- Professionelle Prozessbegleitung

