

FEMALE Empowerment - Durchsetzungskraft, die wirkt!

Einflussmöglichkeiten erkennen, sowie Ziele mutig
und souverän verfolgen.

Selbstbewusstsein stärken, um kraftvoll zu wirken und zu handeln.

Mögliche Inhalte:

Selbstbewusstsein stärken:

Übungen und Techniken zur Stärkung des Selbstvertrauens und der Selbstwahrnehmung.

Einflussmöglichkeiten erkennen:

Analyse persönlicher Stärken und wie sie im Unternehmenskontext genutzt werden können.

Kommunikation und Auftreten:

Praktische Tipps für eine klare, selbstbewusste Kommunikation, öfter mal Nein-Sagen können und gleichzeitig Präsenz ausstrahlen.

Netzwerken und Mentoring:

Die Bedeutung von Netzwerken und wie man unterstützende Beziehungen aufbaut.

Ziele setzen und verfolgen:

Effektive Strategien zur Zielsetzung und Umsetzung persönlicher und beruflicher Ziele.

Umgang mit Hindernissen:

Strategien zur Überwindung von Herausforderungen und Widerständen.

Work-Life-Balance:

Techniken zur Balance zwischen beruflichen Anforderungen und persönlichem Wohlbefinden.

Rollenbilder und Selbstverständnis:

Reflexion über traditionelle Rollenbilder und Entwicklung eines individuellen Führungsstils.