

# Opportunities of my Triggers:

## Mit Widerständen umgehen!

Ziel: Erkennen eigener Widerstände und Blockaden auf dem Weg zur Veränderung

### In diesem Workshop erfahren Sie

- was das „nervige“ Verhalten Ihres Gegenübers Ihnen über Ihre eigenen Entwicklungsfelder sagen kann
- welches Ihre persönlichen Spiegelbilder und mögliche dahinter liegende Glaubenssätze sind
- wie Sie mithilfe des ABC-Modells (Activator – Belief – Consequence) Ihre eigenen Bewertungen, Ihre Emotionen und Ihr Verhalten beeinflussen können



Donnerstag, 14. Juni 2018 von 18:00-21:00 Uhr im BAZE Business Center, Baumwall 7

Sicherlich haben auch Sie schon Verhaltensweisen an anderen entdeckt, die Sie auf die Palme bringen und „triggern“. Haben Sie sich schon einmal gefragt, ob dieses Verhalten Ihnen etwas über Sie selbst und Ihre eigenen „wunden Punkte“ sagen kann? Die Spiegelgesetzmethode sagt **JA**: Alles, was Sie an Ihrem Gegenüber aufregt und mit Ihnen in Resonanz geht, kann ein Spiegel dafür sein, wo Sie bei sich genauer hinschauen können.

Wir laden Sie in unserem Workshop ein, sich diesen Spiegel vorzuhalten und sich selbst noch besser kennenzulernen. Ein intensiver Selbstreflexionsprozess, der Ihnen im Umgang mit sich und anderen zu mehr Aufmerksamkeit und „Aha“-Erlebnissen verhelfen kann.

### PROGRAMM

- |           |   |
|-----------|---|
| 17:45 Uhr | Welcome   Registrierung                             |
| 18:00 Uhr | Begrüßung durch AD Leadership   Agenda & Überblick  |
| 18:15 Uhr | Vortrag   Selbstreflexion   Arbeiten in Peer Groups |
| 21:00 Uhr | Ausklang der Veranstaltung                          |

Ihre Investition: 79 EUR

Anmeldung per Telefon, Mail, Facebook oder XING

