



## Frauen Power

### *Wie Sie als FRAU Ihren Mann stehen!*

Wir leben nach wie vor in einer Männerdominierenden Welt. Das muss nicht so bleiben, denn die Zeit für Veränderung hat bereits begonnen. Bestimmen Sie ab sofort selbst Ihre Position und überzeugen durch Ihre Persönlichkeit und einen authentischen Auftritt. Vertreten Sie mit Stil und Stärke Ihre Standpunkte, durch ein gestärktes Selbstbewusstsein.

Wie Sie dies am besten auf eine für Sie gute Art hinbekommen können, erfahren Sie in diesem Workshop. Denn als Frau von HEUTE, sind Sie für Ihr Leben selbst verantwortlich. Selbstmotivation und Selbstliebe sind hierbei unabdingbar und eine Grundvoraussetzung für eine glückliche, zufriedene, erfolgreiche Zukunft. Sobald Sie sich selbst achten und motivieren können, BEGEISTERN und überzeugen Sie auch andere.

In diesem Workshop erhalten Sie Möglichkeiten zur Verbesserung Ihre Redefähigkeit, bekommen Tipps zur Selbstmotivation und Verhandlungsstärke, ebenso Hinweise wie Sie negative Einstellungen in positive Situationen umwandeln können. Sie erhalten einige meiner wichtigsten Rubine für mehr Lebensqualität, anhand von Praxisbeispielen, Analysen sowie Tests.

#### Weil FRAU kann:

- Eigenes Kommunikationsverhalten – Ist Analyse
- Die Sprache richtig einsetzen
- Selbstbewusstsein und Körpersprache zur Verstärkung
- Eigene Grenzen kennen – über die Komfortzone hinaus denken
- Verantwortung – wieviel bin ich bereit zu übernehmen?
- **Das LIGA-Prinzip©** für den privaten und beruflichen Erfolg
- Selbstbewusstsein und Mut - mit Neugier zum Erfolg
- Ängste (Glaubenssätze und Blockaden) in positive Energien umwandeln
- Positive Einstellung und weitere Verhaltensmuster stärken
- **Think Pink Strategie** - gezielte und positive Ausdrucksformen
- Techniken zur Selbstmotivation
- Meilensteine – was sind Erfolge?
- Ziele neu definieren, visualisieren und umsetzen
- Entspannungstechniken zum Ressourcenaufbau

#### **Termin / Seminarzeit**

10:00 – 15:00 Uhr

Auch als individuelles **Inhouse-Seminar** oder **Impulsvortrag** möglich.