MIND SET

BOSCH -MINDSETTRAINING

Über einen Zeitraum von zehn Wochen trifft sich einmal pro Woche eine feste Buddygroup von vier Teilnehmenden aus verschiedenen Unternehmen bzw. Unternehmensbereichen für eine Stunde virtuell oder analog an einem ungestörten Ort, um gemeinsam an der eigenen Haltung, dem Mindset zu arbeiten, Aufgaben zu lösen und sich auszutauschen. Die Treffen werden durch ein (Online)Workbook unterstützt.

INHALTE

Woche 1: Was ist eigentlich Haltung?

Woche 2: Meine Haltung

Woche 3: "Tellerrandspringer"

Woche 4: Körperhaltung

Woche 5: Glaubst Du das wirklich?

Woche 6: I am what I am

Woche 7: Radikale Akzeptanz

Woche 8: Stress, eine Frage der Haltung

Woche 9: Neugier und Offenheit

Woche 10: Kreise schließen,
neue Kreise öffnen

METHODEN

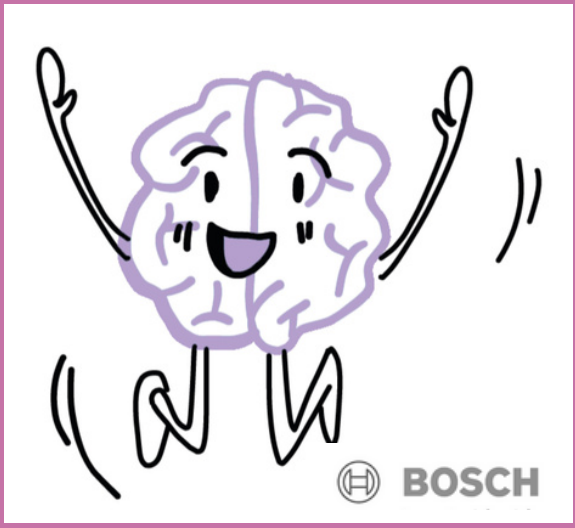
- Aufgaben im (Online)Workbook
- Social-Learning als Format (vgl. WOL)
- Austausch innerhalb der Buddygroup
- Selbstreflexion

COACHES

- Dennis Evers

SEMINARZEITEN

- 1 Std. pro Woche über 10 Wochen



Das HanseLab ist im Rahmen eines Partnering-Vertrages mit BOSCH für dieses Training zertifiziert.

TERMINE:

BEGINN JEDERZEIT MÖGLICH

www.hanse-lab.com