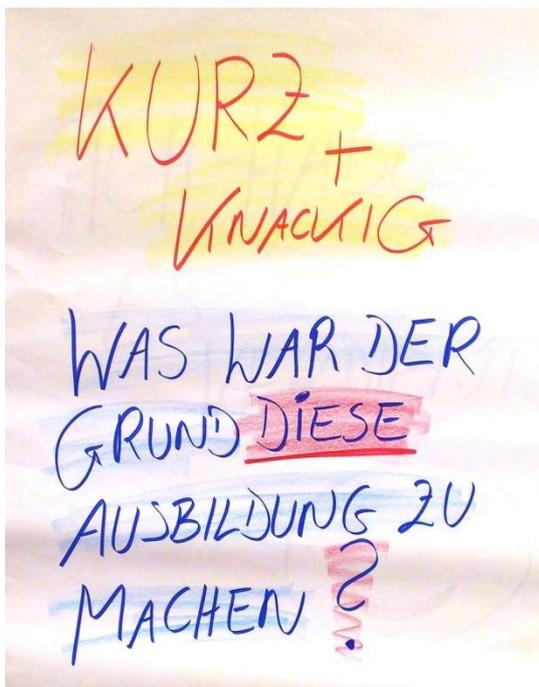
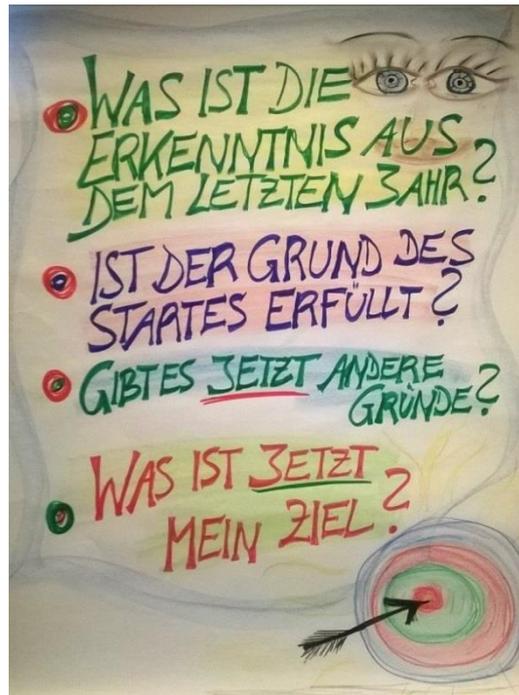




Nach einer kurzen Vorstellungsrunde geht's auch gleich in die vollen mit folgender Frage:



Viele von Euch haben den Zugang zu dieser Berufswahl durch private Kontakte zu Familie und Freunden. Andere sind auf der Suche nach einer Tätigkeit die Sinn macht auf die Idee gekommen. Wieder andere haben es nach einem Schnuppertag einfach gewußt.



Eure Erkenntnisse wurden am Flip zusammengefasst

Danach waren wir gemeinsam im Turnsaal für die Wahrnehmungsübungen:

V=visuell/sehen

A=auditiv/hören

K=kinestäthisch/fühlen

O=olifaktorisch/riechen

G=gustatorisch/schmecken

Eine gute Wahrnehmung ist für Euren Beruf sehr wichtig – privat kann´s auch nicht schaden.

FÜHLEN = Kinesthetisch



HÖREN=Auditiv



SEHEN=Visuell





Ihr könntet die
verschiedenen Kanäle
ausprobieren und ein
Gespür entwickeln welches
EUER Hauptkanal ist



Nach einer Selbsteinschätzung wird der Wahrnehmungspool der Gruppe befragt.



Die gesammelten Feedbacks der Gruppe wurden an Euch verteilt:



Es war schön Euch lächeln und staunen zu sehen 😊



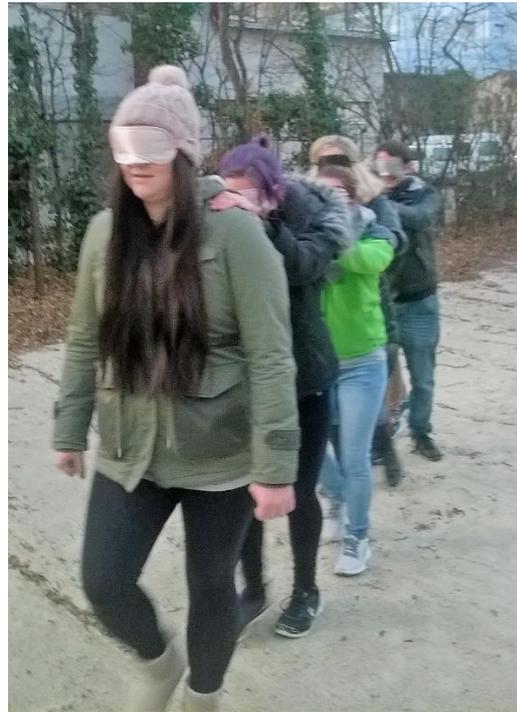
Vierer Gruppen werden gebildet Erkenntnisse ausgetauscht, aufgeschrieben und anschließend präsentiert:



Führen und führen lassen



Vertrauen in sich selbst und die Anderen





Alle von Euch haben jede Position erlebt – hat Spaß gemacht Euch zu zusehen und wir haben gut auf Euch aufgepasst.

Ausfüllen Formular „Ich habe es verdient...“



Anschließend die Schritte einen nach dem anderen gehen und spüren mit allen Sinnen: Wie fühlt sich das an? Welche Gefühle tauchen auf? Was nehme ich bei jedem einzelnen Schritt wahr?



Meine nächsten Schritte aufschreiben,

...und wie belohne ich mich für jeden einzelnen Schritt?



Hier ein paar Angebote:

Belohnungskärtchen

Heute gehe ich in mein Lieblingsrestaurant essen	Heute gebe ich mir Zeit, über meine Ziele nachzudenken
Heute rufe ich endlich mal wiederan!	Heute tanze ich mir die Seele aus dem Leib ☺
Heute schreibe ich mal jemanden einen Brief – und zwar mit Stift und Papier!	Heute gehe ich zur Massage und lasse mich verwöhnen
Heute mache ich mit Freunden/Familie einen gemütlichen Spieleabend	Heute ist Frauen/Männerabend – mit allem was dazugehört!
Heute schaue ich mir meine alten Fotos wieder an.	Heute gehe ich wieder einmal in die Sauna
Heute mache ich einen schönen Spaziergang in der Natur	Heute setze ich mich mit einem Buch ins Kaffeehaus und verweile einfach
Heute treffe ich mich mit einer guten Freundin/einem guten Freund	Egal wer heute etwas von mir will: Heute mache ich NICHTS!
Heute nehme ich ein heißes Bad und genieße einfach	Heute gehe ich in den Zoo und beobachte die Tiere
Heute bummle ich durch die Stadt und lasse auf mich wirken was um mich herum passiert	...
...	...

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen im Frühjahr



Herzlich Heidi & Liane