

## Die eigene Lebensaufgabe entdecken

Das Wissen darüber wer man ist, was man will und worin man gut ist hilft einem den eigenen Lebensweg aktiv zu gestalten und sowohl berufliche als auch private Entscheidungen zu treffen. Das Streben nach beruflichem Erfolg, Anerkennung und persönlicher Balance und Zufriedenheit ist ein hehres Ziel, welches zu erreichen nicht leicht fällt. Welchen Weg man hierfür einschlagen soll, stellt die meisten Menschen vor viele Fragen.

### Inhalte

In diesem Workshop lernen Sie mit Hilfe der Methodik des *Essenz-Modells* auf eine strukturierte und anschauliche Weise Ihre Talente kennen.

Sie setzen sich damit auseinander, wie Sie Ihr Spektrum an Talenten wirkungsvoll einsetzen sollten und persönliche Befriedigung daraus ziehen können. In einem weiteren Schritt erarbeiten und formulieren Sie Ihre *Lebensaufgabe*, die Ihnen Orientierung gibt Ihren Berufswunsch zu finden und diesen selbstbewusst umzusetzen. Das Wissen um die eigenen Talente und Ihre *Lebensaufgabe* gibt Ihnen die Entscheidungssicherheit auch Angebote abzulehnen, die nicht zu Ihnen passen.

Im Laufe des Workshops beschäftigen Sie sich mit Ihrer Vergangenheit, Ihren Stärken und Schwächen sowie Ihren Vorstellungen und Wünschen für die Zukunft.

### Hinweis

Im Vorfeld zum Workshop finden Einzelgespräche (15 Minuten) statt - Die Teilnahme ist verpflichtend!

Dabei setzen Sie sich mit folgenden Fragestellungen auseinander:

- Was ist meine Einzigartigkeit?
- Was sind meine Werte und mein Beitrag zur Welt?
- Was ängstigt mich?
- Was ist das „Hamsterrad“ in das ich immer wieder rutsche?
- Was hindert mich?
- Was ist meine Lebensaufgabe?

Das *Essenz-Modell* ist einfach und anschaulich und deshalb besonders effektiv in der Anwendung. In diesem Workshop beschäftigen Sie sich intensiv mit sich und Ihrer Vergangenheit. Da es in diesem Workshop auch um sehr persönliche Erlebnisse geht, empfehlen wir sich unter Kolleg:innen einer Abteilung abzusprechen, ob eine gemeinsame Teilnahme erwünscht ist.

### Methodik

Selbstreflexion, Gruppenarbeit, Übungen der Selbst- und Fremdwahrnehmung - die Erarbeitung des eigenen Essenz-Passes

