

Encouraging Arbeit und Beruf

Hierbei handelt es sich um ein Training was speziell auf das Thema "Arbeit und Beruf" eingeht.

Jeder Mensch hat verschiedene Lebensaufgaben mit denen er sich immer wieder beschäftigt. Laut Individualpsychologie sind das die Bereiche Arbeit, Liebe, Gemeinschaft und des weiteren der Umgang mit sich und die „Sinn“ Frage. Hier geht es nun um den Bereich Arbeit. Wir verstehen darunter die Tätigkeit, die wir mit Verantwortung und Regelmäßigkeit verrichten. Sie gilt genauso für die Tätigkeit im Haushalt, der Pflege, Erziehung sowie in der Selbstständigkeit und Angestelltenverhältnis. Die meisten Menschen arbeiten allerdings, um mit einer Arbeit fertig zu werden. Um Geld zu verdienen, eine Familie zu ernähren usw. Nicht der Sinn einer Arbeit steht im Vordergrund sondern seine Zweckmäßigkeit. Oft stehen auch hohe Belastungen, Konkurrenz und Erfolgsdruck im Vordergrund. Viele Menschen belastet das und es kommt zu unterschiedlichen negativen Reaktionen.

Das Encouraging Training bietet die Möglichkeit, dass zu ändern!

Laut Umfrageergebnissen kommen 72% aller Teilnehmer nach einem Encouraging Training Arbeit und Beruf besser als vorher mit ihrem Kontext "Arbeit" zurecht.

Überblick der Einheiten "Arbeit und Beruf"

Erste Einheit: Der Mensch ist ein soziales Wesen

Wie wichtig ist es ein Gefühl der Zugehörigkeit auf der Arbeit zu haben. Wie kann ich das fördern?

Zweite Einheit: Wer bin ich?

Wie trage ich im positiven Sinne auf der Arbeit bei?

Welche Möglichkeiten habe ich, das Arbeitsleben positiv zu gestalten?

Dritte Einheit: Wünsche und Abneigungen

Was bestimmt mein Leben?

Vierte Einheit: Selbstgespräche

Das kleine Männchen in meinem Kopf - Kehrtwende

Fünfte Einheit: Neuer Umgang mit negativen Situationen

Der situative Zielsatz

Sechste Einheit: Der Mensch ist ein entscheidungstreffendes Wesen

Wie ist meine Sicht der Dinge und wie gehe ich damit um?

Siebte Einheit: Erwartungen und Realitäten

Welche Erwartungen stelle ich an meine Arbeit?

Welche Erwartungen haben „die Anderen“?

Achte Einheit: Alles ist möglich...

Vertiefung und mehr