



HOPE

THE FEASIBLE APPROACH

HOHENAUER PERSONALITY & ENTERPRISE

LEISTUNGSBESCHREIBUNG

THE STUFF OF LIFE: LET'S TALK

BEGLEITUNG VON MENSCHEN IM VERÄNDERUNGSPROZESS

KONTAKTINFORMATIONEN

MAG. MARIA HOHENAUER

2340 MÖDLING, BRÜHLERSTRASSE 90, TEL.: +43 664 6209127, EMAIL: MARIA@DIEHOPE.INFO

1. EINFÜHRUNG

Synchron zur jeweiligen Problemlösung oder Optimierung für das Business findet auch eine Weiterentwicklung auf der persönlichen Ebene statt. Sie erhalten von HOPE Impulse für Reflexion und Selbst-Reflexion und können sich bei Bedarf in den jeweiligen Themen mit Hilfe von geschulten Fachkräften (z. Bsp. Psychologen, Mentoren oder Seelsorger) vertiefen.

Die meisten TalkTopics sind bei Interesse oder Bedarf in unterschiedlichen Sprachen zu führen: auf Deutsch, in English, на български, на српски, oder по руски.

2. THEMEN

Nachfolgend sind einige Kernthemen aufgelistet, die in Form von persönlichen Gesprächen abgedeckt werden.

TalkTopic #1: Gespräche zur Identifikation von eigenen Werten. Pro Einheit wird meist ein Berufs- oder Lebensbereich ausgewählt (z. Bsp. Gesundheit und Fitness, Karriere, Beziehungen, Familie, Persönlichkeit) und die eigene Einstellung, Bewertung und Priorisierung dazu klar und transparent dargestellt.

TalkTopic #2: Gespräche, um die Selbstakzeptanz zu steigern. Kernaussage - kein Mensch kann vollkommen sein. Nur auf Unzulänglichkeiten zu achten führt zu Vernachlässigung anderer wichtigen Charakteraspekte und beeinflusst negativ die Wahrnehmung von Begabungen.

TalkTopic #3: Gespräche zur Stärkung des Selbstvertrauens. Selbstvertrauen kann wie ein Muskel trainiert werden. In einem empathischen Dialog begeben wir uns auf der Suche nach gut gemeisterten Herausforderungen und anderen Beweisen für die eigene Großartigkeit.

TalkTopic #4: Gespräche, die helfen sich auf die Gegenwart zu konzentrieren. Spaziergänge in der Natur und gemeinsamer Fokus auf die Umgebung, um einen gegenwärtigen Bewusstseinszustand zu erreichen. Hauptziel - Stressbewältigung.

TalkTopic #5: Anregung zur Selbst-Verbesserung. Neben der Achtsamkeit ist Selbstverbesserung ein Mittel, um zu einer größeren Version von sich selbst zu reifen. Wir sind heute nicht die Menschen, die wir vor einem Jahr waren. Wir machen gemeinsam den Vergleich „Vorher-Nachher. Wer will ich in einem Jahr sein?“

TalkTopic #6: Gespräche, um die eigenen einzigartigen Talente zu erkennen. Talente, Fertigkeiten und Wissen sind wichtige Elemente einer Persönlichkeit, allerdings liegt der Schlüssel zur Entwicklung von persönlichen Stärken in der Erkennung eigener Talente. Hauptziel ist ein Ranking der Top-5 ausgeprägter Talente auszuarbeiten. Dieses kann als Basis für die Erweiterung vom theoretischen Wissen und die Aneignung weiterer Fähigkeiten für die Zukunft dienen.