

Gastkommentar Ganzheitscoach Irene Galler über Neuorientierung in und nach einer Krisensituation und wie man seinen Karriereweg beeinflusst

Was brauchen wir eigentlich?

Irene Galler: „Was wir jetzt brauchen, ist das Übernehmen von Selbstverantwortung.“

Wien. Wir leben in einer Zeit des Neubeginns. Gerade in Zeiten von Personaleinsparungen enormen Ausmaßes aufgrund von Wettbewerbs- und Konjunkturdruck befinden sich viele Menschen in einer Krisensituation, suchen nach einer Balance von Berufs- und Privatleben und nach einer Neuorientierung.

Mut zum Umdenken

Die Frage nach dem Sinn im Leben drängt sich einfach auf. Auch die Suche nach einem stimmigen Job wird immer wichtiger, weil Zeiterscheinungen wie Stress, Angst, Druck und Frust immer mehr auch an die körperlichen und geistigen Grenzen stoßen und zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen auf allen Ebenen führen können. Und diese „Zeiterscheinungen“ sind meist mit den bisherigen Vorgehensweisen nicht mehr zu behandeln.

Was wir jetzt brauchen, ist das Übernehmen von Selbstverantwortung, Mut zur Individualität, Mut zur Veränderung, Mut zur Entwicklung unserer eigenen Kompetenzen, Mut zum Loslassen alter Mechanismen, Mut zur Balance zwischen Berufs- und Privatleben, ein neues Vertrauen sowie ein neues Bewusstsein. Vor allem brauchen wir aber Mut zum Umdenken!

Vom Unbewussten ...

Vom Problem- zum Lösungsbewusstsein; vom Ungleichgewicht zum Gleichgewicht; von der Ver-

gangenheit in die Zukunft; von der Hilfe zur Selbsthilfe; von der Fremdverantwortung zur Selbstverantwortung; von der Fremdbestimmung zur Selbstbestimmung; von der Starre in die Bewegung und vom Unbewussten zum Bewussten.

... zum Bewussten

Ein erster Schritt ist die Erkennung von persönlichen Stressfaktoren und die Stärkung von Selbstkompetenzen. Schon der Volksmund sagt „Selbsterkenntnis ist der erste Schritt zur Besserung!“ und damit der Schlüssel zu einem

erfolgreichen, erfüllten und gesunden Leben. Die Persönlichkeitsanalyse MBTI (Myers Briggs Typenindikator) hilft uns dabei, das eigene Potenzial und seine Stärken und Schwächen zu erkennen und sich seiner persönlichen Präferenzen bewusst zu werden, die unser Verhalten, unsere Entscheidungen, unsere Arbeitssituation sowie unseren Karriereweg maßgeblich beeinflussen.

Irene Galler ist Betriebswirtin, NLP Practitioner, MBTI Beraterin, Dipl. Resonanz Coach, Unternehmensberaterin, Lebens- und Sozialberaterin; www.ganzheitscoaching.at



Irene Galler begleitet Menschen auf dem Weg zu sich selbst.

Leitfaden Schreibseminar Wort für Wort

Wien. Die Sprache ist mehr als bloße Grammatik und richtige Orthografie – das gilt gleichermaßen für berufliche Korrespondenz wie für private Tagebücher. „Schreiben ist so leicht. Man muss nur das richtige Wort zur richtigen Zeit an den richtigen Platz setzen. Wie einfach das klingt – wie schwierig das ist“, beschreiben Andrea Fehringer und Thomas Köpf die Grundproblematik, mit der sich das von ihnen ins Leben gerufene „Schreibseminar – vom Buchstabenchaos zum Sprachkunstwerk“ auseinandersetzt. „Jede Art von Text unterliegt den gleichen Grundregeln“ – egal ob E-Mails, Berichte, Konzepte, Tagebücher, Briefe, Kurzgeschichten oder Romane, erklären die beiden Journalisten, die gemeinsam 50 Jahre Berufserfahrung mitbringen und genau diese Grundregeln an zwei Tagen vermitteln wollen.

Kein Buchstabenchaos

Der Seminarbesucher soll dementsprechend lernen, wie man einen Text aufbaut und gliedert, wie man den roten Faden vom ersten bis zum letzten Satz spinnt, wie man gute Gedanken in wenige Worte kleidet und den Text damit auf den Punkt bringt, versprechen Fehringer und Köpf, die das journalistische Handwerk von Grund auf gelernt haben, in etlichen Chefredaktionen tätig waren und aktuell als Textchefs, Kolumnisten und Buchautoren arbeiten. Weitere Informationen unter: www.schreibseminar.at



Andrea Fehringer und Thomas Köpf leiten das zweitägige Seminar.

Unsere Absolventen sind Aufsteiger

Powered by IP



Alexandra Schindler von mobilkom austria ist erfolgreiche Absolventin unseres Universitätslehrganges. Als Touristikauauffrau arbeitet sie zunächst für Steigenberger Hotels, wechselt danach zu A1 in die Telekommunikationsbranche und leitet erfolgreich Sales Marketing Communications. Heute ist Alexandra Schindler für alle A1 SHOPS in Österreich verantwortlich und setzt mit ihren 280 Mitarbeitern vor allem auf Service und Qualität.



UNIVERSITÄTSLEHRGANG
WERBUNG UND VERKAUF

www.werbelehrgang.at

