

Go outside:

# Ghostbusters!

- Die etwas andere Fahrradtour auf der Jagd nach Hirngespennern -



Neues zur Persönlichkeitsentwicklung in der Gruppe austauschen, in Bewegung und frischer Luft nachklingen lassen. Klingt gut? Ist gut!

Wir machen eine gemütliche Fahrradtour in einigen Etappen im schönen Ammerland. An Wissensstationen gibt es für jeden Denk-Futter. Dann ab in die Pedale und reflektieren. An der nächsten Station tauschen wir uns in der Gruppe aus. Es gibt wieder Denk-Würdiges und ab gehts aufs Rad bis zur nächsten Wissensstation. Natürlich nehmen wir uns auch Zeit zum Essen und Lachen über uns selbst, wenn wir uns zum Thema wieder erkennen!

## Termin und Investition

- ab Frühjahr 2021
- max 10 Teilnehmer

## Inhalte

„Ich habe alles versucht...ich habe immer nur Pech...die sitzen immer am längeren Hebel“...So ist der halt...“

Jeder kennt diese blockierenden Glaubenssätze. Nur wie geht man energiesparend und konstruktiv mit Hirngespennern von anderen um? Welche Arten von Hirngespennern gibt es eigentlich? Wie erkenne ich frühzeitig bei mir und anderen, wenn die einziehen? Vor allen Dingen: wie gehe ich in lockdown mit meinen Gedanken? Wie erteile ich meinen Mitbewohnern Ausreise Genehmigung, komme in Bewegung und überwinde meine Denkblokkaden für mehr Leichtigkeit und Aktion statt Grübeln?



Entwicklung im Blick.

**Elke Wagner**

Beratung · HR · Training · Coaching