



# Ihr persönliches Bildungsangebot



Seminare Seminarnummer: 1116

# Wahrnehmung und Wertschätzung: Den Blick öffnen und dennoch fokussieren.

m Termin

10.08.2026 - 11.08.2026

Abschluss

bbw Teilnahmebescheinigung

Unterrichtsform

Seminar

Dauer

2 Tage à 8 Stunden

Zeiten 

Gebühr

2 Tage 08:30-16:30 Uhr

890 €\*

\* Dieses Seminar ist von der

Umsatzsteuer befreit.

Förderung

Selbstzahler

## Ansprechpartnerin

Jacqueline Lebe Tel.: 030/31005-130 Fax: 030/31005-120

Mail: jacqueline.lebe@bbw-akademie.de

#### Veranstaltungsort

Charlottenburg, Haus der Wirtschaft Am Schillertheater 2 10625 Berlin

# Perspektiven

Nach diesem Workshop werden Sie nicht mehr frustriert sein über Dinge, die sich nicht ändern lassen. Stattdessen werden Sie verstehen, dass die Sichtweise anderer genauso berechtigt ist wie Ihre eigene. Sie lernen, sowohl sich selbst als auch anderen mit Wertschätzung zu begegnen, was zu mehr Zufriedenheit und Gelassenheit in Ihrem Alltag führt. So können Sie Ihre Energie gezielt für Dinge einsetzen, die Ihnen Freude bereiten und Sie stärken.

## Inhalte

Nach diesem Workshop werden Sie nicht mehr frustriert sein über Dinge, die sich nicht ändern lassen. Stattdessen werden Sie verstehen, dass die Sichtweise anderer genauso berechtigt ist wie Ihre eigene. Sie lernen, sowohl sich selbst als auch anderen mit Wertschätzung zu begegnen, was zu mehr Zufriedenheit und Gelassenheit in Ihrem Alltag führt. So können Sie Ihre Energie gezielt für Dinge einsetzen, die Ihnen Freude bereiten und Sie stärken.

# Inhalte:

- Wahrnehmung und Interpretation
- Die verschiedenen Sinneskanäle
- Neurowissenschaftliches zur selektiven Wahrnehmung
- · Achtsamkeit mit sich selbst und anderen
- Wertschätzung für sich selbst und andere



Zielgruppe

Dieser Workshop richtet sich an alle, die hohe Ansprüche an sich selbst und ihr Umfeld stellen und sich dabei oft gestresst fühlen. Ob Teammitglieder, Teamleitende, Projektleitende oder Führungskräfte - jeder, der

seinen Alltag bewusster und gelassener gestalten möchte, ist hier genau richtig.

Enthaltene Leistungen Arbeitsunterlagen, gemeinsames Mittagessen und Getränke

Referent / Dozent

Frau Juliane Siafarikas