



## NADIA ABDELLI COACHING

TEL. 076 466 02 25 - INFO@NADIAABDELLI.COM

Die folgenden Workshops werden in Gruppen von min. 6 Personen durchgeführt. Der Inhalt kann individuell angepasst werden, je nach Bedürfnis vom Unternehmen!

### STRESSFREI - KEEP COOL

Lerne praktische Techniken und Strategien zur Erkennung, Bewältigung und Reduzierung von Stress, um mehr Ruhe und Gelassenheit im Alltag zu erreichen.



### SEINE STÄRKEN STÄRKEN

Erkenne Deine individuelle Stärke, reflektiere und entwickle sie gezielt weiter. Stärken fokussierte Arbeits- und Führungskultur motiviert und macht gemeinsam erfolgreich.

### TEAMENTWICKLUNG

Optimiere gezielt die Zusammenarbeit in Deinem Team und erreiche die gemeinsamen Ziele effektiver. Lerne verschiedene Methoden und Übungen kennen, welche die Teamdynamik fördert.



### VISION BOARD

Ein Vision Board ist ein kreatives Tool, das dabei hilft, die Ziele visuell darzustellen. Ideal für Teams, um den Teamspirit zu stärken und gemeinsame Ziele zu visualisieren.

### SELBSTBEWUSSTSEIN STÄRKEN

Lerne, wie Du Dein Selbstbewusstsein stärken, negative Selbstgespräche überwinden und bewusst Dein Auftreten und die Wirkung auf andere bestimmen kannst.



### BRAIN-HEALTH

Lerne, wie Du Dein Gehirn fit haltest und die Leistungsfähigkeit gezielt steigert, indem Du verschiedene Techniken lernst.

### SONSTIGES

- Persönlichkeit Profil Reiss Motivation Profile®
- 1 : 1 Coaching