IKIGAI-wofür lohnt es sich, morgens aufzustehen?

Ort
Parkhotel Langenthal

Datum
10.04.2027

Zeit
13:30-17:00 Uhr

Kurskosten
CHF 120.00 für Nicht-Vereinsmitglieder
Kostenlos für Vereinsmitglieder (gilt für die erste Weiterbildung pro Vereinsjahr)

Beschreibung
Was gibt deinem Leben Sinn, Freude und Energie? IKIGAI, ein Konzept aus Japan, lädt dazu ein, bewusster hinzuschauen: auf das, was dir wichtig ist, was dich begeistert und wo du dich wirksam erlebst.
In diesem praxisnahen Workshop reflektierst du deine Werte, Stärken und Interessen und entwickelst deinen persönlichen Kompass für bewusste Entscheidungen und nächste Schritte. IKIGAI eignet sich besonders für Menschen, die sich persönlich oder beruflich neu orientieren möchten oder ihrem Leben mehr Sinn und Lebendigkeit geben wollen.

Lernziele
Du...

- kennst die Grundidee und die zentralen Elemente des IKIGAI.
- erkennst, was dir Freude, Energie und Sinn gibt.
- reflektierst deine Werte, Bedürfnisse und Stärken.
- identifizierst mögliche Spannungsfelder zwischen deinem heutigen Leben und dem, was dir wichtig ist.
- entwickelst dein persönliches IKIGAI und leitest konkrete nächste Schritte für deinen Alltag ab

Referent
Remo Maurer, Coaching Institut Living Sense GmbH

Mitbringen
Neugier, Offenheit und Freude am Perspektivwechsel. Gerne kannst du eine persönliche Fragestellung mitbringen.