



**Zu beenden, was Du angefangen hast.**

**Zu erreichen, was Du Dir vorgenommen hast.**



### **Workshop Selbstmanagement trifft Haci Bektaş Veli Jahrhunderte alte Weisheiten begleiten unseren Weg**

Seinen eigenen Weg finden und ihn dann auch gehen, ist nicht immer leicht. Mit diesem workshop möchten wir das Handwerkszeug zum Selbstmanagement für ein erfolgreiches Durchstarten in Ausbildung, Studium, Beruf und Leben näherbringen. Dabei wollen wir das Unesco-Gedenkjahr für den alevitischen Mystiker Haci Bektaş Veli nutzen, um an seine jahrhunderte alten Weisheiten zu erinnern.



### **Zielgruppe:**

- Für alle, die ihren Weg gehen möchten und offen für neue Erfahrungen sind
- Für alle, die sich effektiver (selbst-)managen und gleichzeitig auch über eigene Gewohnheiten nachdenken möchten.

### **Inhalte:**

- Geschichtliche Einordnung und Zitate von Haci Bektas Veli
- Persönliche Werte als Kompass für eigenes Handeln
- Seinen eigenen Weg gehen
  - Ziele setzen
    - Die Lehre der 4 Tore und 40 Stufen
    - Methode Plan-Do-Check-Act-Zyklus
    - Die SMART-Methode
  - Entscheidungen treffen
  - Veränderungen
    - Die Change-Kurve
    - Tipps zur Stressbewältigung

### **Methode:**

Vortrag, Einzelübungen, Präsenz- oder **online**-Veranstaltung

**Preis:** 10,-€ je Teilnehmer/in

5,-€ für Mitglieder einer alevitischen Gemeinde im AABF

**Hinweis:** durch Corona-Pandemie derzeit nur online möglich; wir sammeln Anmeldungen und bei Erreichen der Mindestteilnehmerzahl verschicken wir konkrete Termine für eine verbindliche Anmeldung

**Vor-/Anmeldung** an [alevi.kadin@web.de](mailto:alevi.kadin@web.de)

