

## Workshop

### Gestärkt an der Uni und im Beruf – gute Entscheidungen treffen

Workshopleitung: Dr. Sarah Weber

#### Inhalte:

Ständig treiben uns die großen und kleinen Fragen des Lebens um: „Soll ich eine Promotion beginnen oder nicht?“, „Lehne ich das Projekt lieber ab, auch wenn es als prestigeträchtig gilt?“, „Soll ich mich selbständig machen?“, „Sage ich meiner Lieblingskollegin, dass sie sich neulich im Meeting im Ton vergriffen hat?“

Tagtäglich fällen wir viele Entscheidungen, manche mit mehr oder weniger weitreichenden Konsequenzen. Wie gut, dass wir meist einen inneren Kompass besitzen, der uns dabei hilft. Doch bei mehreren Alternativen zur Auswahl können Arbeitsprozesse oder der private Alltag ins Stocken geraten, denn wir zerbrechen uns den Kopf, was nun das Richtige ist und stecken geradezu fest.

Der Workshop gibt Ihnen Werkzeuge an die Hand, wieder auf den inneren Kompass zu vertrauen und souveräne Entscheidungen zu treffen. Zudem sollen „falsche“ Entscheidungen in der Vergangenheit näher in den Blick genommen werden: Wie kam es dazu? Welcher Wert lag dennoch in dem, was folgte? Wie könnten Sie beim nächsten Mal vorgehen, um zukünftig zu besseren Entscheidungen zu gelangen? Und: wie lässt sich Vertrauen in die eigenen Entscheidungen (zurück)gewinnen?

Wir arbeiten in diesem Workshop nah an Ihren Erfahrungen und reflektieren sowohl biografische Entscheidungsprozesse als auch beispielsweise Teamentscheidungen in Organisationen.

#### Zielgruppe:

Personen, die es als herausfordernd erleben, im Arbeitsalltag oder privat verantwortungsvolle Entscheidungen zu treffen oder gerade akut in einer „Entscheidungszwickmühle“ sind.

Sie haben Interesse an diesem Workshop? Schreiben Sie mich gerne an unter [mail\[at\]sarah-weber.net](mailto:mail[at]sarah-weber.net). Gerne erstelle ich Ihnen ein passendes Angebot.

## MEINE ERFAHRUNG

Ich bin promovierte Sozialwissenschaftlerin und arbeite seit vielen Jahren freiberuflich als Hochschuldozentin, Methoden-Trainerin, Coach für Wissenschaftler\*innen in der Qualifizierungsphase sowie als Beraterin innerhalb und außerhalb von Hochschulen.

Im Fokus meiner Workshops stehen unter anderem Karriereentwicklung, Lebensweggestaltung sowie Change Management.

## MEINE LEITLINIEN

**Qualitäten entdecken – Qualitativ forschen – Qualität gestalten**

Dr. Sarah Weber  
Hermann-Löns-Str. 37  
68259 Mannheim



[www.coaching.sarah-weber.net](http://www.coaching.sarah-weber.net)

[mail@sarah-weber.net](mailto:mail@sarah-weber.net)

0049 (0)621-307 49 509