

Kraftvoll, weiblich & erfolgreich

Führung gestalten

Möchtest Du Dich persönlich und beruflich weiterentwickeln?

Möchtest Du endlich Deine Selbstzweifel loswerden und authentisch und kraftvoll im Leben stehen?

6-Monats-Intensiv-Programm für selbstbestimmte Frauen

Live

Sag ein klares JA zu Dir und Deinem Potential !



Das bekommst Du.....

ORIENTIERUNG

Wo willst Du hin und was willst Du?
Welche Haltungen hast Du zu Erfolg
und Verantwortung? Was willst Du
für Dich erreichen?

SELBSTREFLEKTION

Was wünschst Du Dir vom Leben?
Was macht Dich aus, was denkst Du
über Dich, Dein Leben, Dein Umfeld,
Deine Firma ...?

EMOTIONALE REIFE

Welche Emotionen schlummern
oder toben in Dir und woher
kommen sie? Was sind Deine
Triggerpunkte und wie kannst Du
sie entladen?

SELBSTBEWUSSTSEIN

Du übernimmst Verantwortung für
Deine Gedanken, Emotionen und
Handlungen. Dadurch gibst Du
jegliche Opferhaltung auf.



ANERKENNUNG

Durch neu gewonnene
Selbstsicherheit verändert sich
Deine Ausstrahlung und Dein
Selbstverständnis.

AUTHENTIZITÄT

Du bist Du selbst und weißt, dass
das Tragen von Masken unendlich
Energie kostet. Du bist präsent und
fokussiert.

SICHTBARKEIT

Du hast den Mut, Dich klar nach
außen zu zeigen. Du siehst neue
Herausforderungen als
Wachstumschance und Geschenk
des Lebens.

NETZWERK

Du knüpfst Kontakte mit
Gleichgesinnten und erfährst die
Magie und die Wirksamkeit des
gegenseitigen Austausches.





Traudl Burgmair

Führung bedeutet für mich ein klares JA zu mir selbst, JA zu dem Unternehmen, in dem ich arbeite und JA zu den Mitarbeitern, die ich führe.

Erfahrung

- ❖ 20 Jahren im Top Management (CFO) amerikanischer Großkonzerne
- ❖ 8 Jahre Unternehmensberatung
- ❖ Zertifizierter Business Coach, Mediatorin, Psychologische Beraterin, Life Coach
- ❖ Seit 2019 Mentorin und Coach für Frauen in Führung

Meine Vision

Frauen zu authentischen, kraftvollen und erfolgreichen Führungspersönlichkeiten zu entwickeln bzw. zu stärken und zu begleiten.

Privat

- ❖ Verheiratet, 1 Sohn, 2 Enkelkinder
- ❖ Reisen, Weiterentwicklung, Kinderheim Rangeen Home Nepal

5 Module für innere und äußere Stärke, Kraftvoll, weiblich & erfolgreich führen



- Bei der Vorstellung meiner Module verwende ich bewusst die persönliche Ansprache -

Du bist dein Schlüssel zum Erfolg

Unsere Gedanken und Konditionierungen bestimmen unser Glück, Erfolg, Beziehungen, Wohlbefinden, Gesundheit und unsere Zukunft. Viele davon sind alles andere als förderlich und wirken unbewusst. Lerne deine hinderlichen Gedanken und unbewussten Konditionierungen zu entdecken und zu transformieren.

Erfolg beginnt im Kopf!



Modul 1

Mindset/ Konditionierungen

Inhalte

- Mindset – was ist das und warum ist es wichtig
- Auswirkung unserer Prägungen und Konditionierungen im Alltag und Beruf
- Möglichkeiten zur Veränderung des Mindsets
- Unbewusste geschlechterspezifische Stereotypen und Vorurteile
- Wo fehlt noch ein klares JA?
- Wo verharrst Du noch im Opfermodus?
- Übernahme der vollen Selbstverantwortung

Lernziele

- Verständnis, welche enorme Rolle unser Unterbewusstsein spielt
- Erkennen von hinderlichen Konditionierungen und Prägungen
- Möglichkeiten/Tools zur Veränderung
- Selbstmotivation und Selbstkonditionierung
- Wichtigkeit von Zielen – beruflich und privat
- Eigenverantwortung für Dein Denken und Handeln
- Mut zur Veränderung



Ein unberechenbarer Vulkan

Emotionen kommen ungefragt, im unpassendsten Augenblick oder in einer Ladung, die in keiner Weise dem Anlass entspricht. Die meisten von uns haben gelernt, Emotionen zu unterdrücken und haben Angst sie zu fühlen oder zu entladen. Wie wäre es, wenn du vor deiner Angst, Wut, Scham, Trauer keine Angst mehr hättest und in Freude leben würdest?

Modul 2 Emotionen/ Impulskontrolle

Inhalte

- Bedeutung der emotionalen Kompetenz
- Ursprung von negativen Emotionen und deren Entladung
- Triggerpunkte und deren Wirkung
- Gefühle als Kraft
- Möglichkeiten der Selbstregulierung

Lernziele

- Möglichkeiten zur Steigerung der emotionalen Kompetenz
- Übernahme von Verantwortung für die eigenen Emotionen
- Triggerpunkte frühzeitig erkennen und entladen
- Positive Emotionen kreieren



Kraftvoll – weiblich - selbstbewusst

Zweifelst du öfters an dir selbst und glaubst andere können es besser als du? Ich bin nicht gut genug ist einer der häufigsten Glaubenssätze. Diese sitzen oft ganz tief und können nur aufgelöst werden, wenn sie erkannt werden. Je bewusster du wirst, umso mehr wirst du erkennen, wie wertvoll du bist und dies auch nach außen ausstrahlen!

Modul 3 Selbstwert/ Selbstbewusstsein

Inhalte

- Ressourcen freilegen und integrieren
- Selbstgesteckte Grenzen erkennen und erweitern
- Authentizität – Leben ohne Masken
- Umgang mit Scheitern im beruflichen Umfeld
- Vereinbarkeit von Karriere und Privatleben

Lernziele

- Eigene Ressourcen als Kraftquelle erkennen
- Mut zum Verlassen der Komfortzone und hin zur Authentizität
- Mehr Gelassenheit im Umgang mit Scheitern
- Klarheit über die nächsten Karriereschritte





Selbstmarketing – ich zeige mich

Angst vor Blamage und Angst davor, sich zu zeigen und zu präsentieren ist ein häufiges Muster bei Frauen. Am besten ja nicht auffallen und brav und fleißig seinen Job erledigen, ist die Devise der meisten. Dabei überlassen wir den Erfolg unserer Arbeit und die Lorbeeren dafür oft anderen. Lerne mutig und sichtbar zu sein und feiere Erfolge.

Modul 4

Selbstmarketing/ Sichtbarkeit

Inhalte

- Bedeutung von Selbstmarketing
- Unterstützende und hemmende Einstellungen
- Für wen mache ich Selbstmarketing?
- Welches Image hätte ich gerne?
- Angst vor Blamage und Umgang mit Selbstzweifeln
- Bedeutung von Auftreten, Optik und Outfit
- Deiner Stimme Kraft verleihen
- Netzwerken – aber wie?

Nutzen

- Stärken, Talente, Kompetenzen und Leistungen im richtigen Licht wirkungsvoll präsentieren und dabei authentisch und souverän bleiben
- Aufbau eines individuellen Images
- Ideen und Ziele wirkungsvoll nach außen zu formulieren
- Möglichkeit, sich in einem geschützten Raum auszuprobieren





KECK & weiblich Führung gestalten

Klar, **E**mpathisch, **C**harmant und **K**onsequent führen und das Wohlergehen der Mitarbeiter als auch des Unternehmens im Auge zu haben – dies sind die Qualitäten der weiblichen Führung. Lerne diese selbstbewusst und authentisch einzusetzen und du wirst ein unschätzbare Wert für jedes Unternehmen sein!

Modul 5

Selbstwirksamkeit/ Führung

Inhalte

- Persönlichkeitsmodelle
- Klarheit als Ressource
- Feedback als Geschenk
- Eigenschaften erfolgreicher Führung
- Klar kommunizieren - Delegieren
- Empathisch auf Mitarbeiter und Kollegen eingehen
- Charme, Herz und Humor einsetzen
- Konsequenz als Ressource für Klarheit

Lernziele

- Kraftvoll, weiblich & kompetent Führung übernehmen
- Empathie und Konsequenz sind kein Widerspruch
- Weibliche Präsenz als Ressource erkennen
- Selbstbewusst und klar auftreten und kommunizieren
- Wertschätzung und Anerkennung als Motivationsfaktor



Meine Angebote – mehr Infos unter <https://traudl-burgmair.com/termine/>

- ▶ Modul 1: 16. / 17. Juni 2023
Mindset & Konditionierungen
- ▶ Modul 2: 21. / 22. Juli 2023
Emotionen & Impulsregulierung
- ▶ Modul 3: 15. / 16. September 2023
Selbstwert & Selbstbewusstsein
- ▶ Modul 4: 27. / 28. Oktober 2023
Selbstmarketing & Sichtbarkeit
- ▶ Modul 5: 24. / 25. November 2023
Selbstwirksamkeit & Führung



Premium Live Programm

- ❖ 5 aufeinander aufbauende 2 Tages Live Seminare in Anzing bei München (jeweils Freitag/Samstag)
- ❖ Ausführliche Dokumentation
- ❖ Lern- und Übungsaufgaben zwischen den Seminaren
- ❖ Kleine und individuelle Lerngruppen zwischen den Seminaren
- ❖ Private WhatsApp Gruppe

Kursgebühr: 2.990,- €
(für Firmen zzgl. UST)

Frühbucher bis 31.03.23: 2.590,- €
(Ratenzahlung möglich)

Maximal 12 Teilnehmerinnen



Unser Seminarort in Anzing bei München



Interesse

dann freue ich mich auf ein persönliches Gespräch



TRAUDL BURGMAIR

Mentorin für Frauen in Führung

Mail: traudl@burgmair.com

www: www.traudl-burgmair.com

Tel: +49 151 16 5388 54

Oder direkt einen passenden Termin finden:

<https://traudlburgmair.youcanbook.me/>

