



LIVE-TALK

IMMER PERFEKT SEIN?

Gelassenheit im Umgang mit sich selbst finden

INSITE-Talk für Mitarbeiter:innen, Führungskräfte, Funktionsträger:innen und Angehörige unserer Kundenunternehmen

Wir alle wissen: Niemand ist perfekt, Fehlermachen ist normal und Schwächen sind menschlich und sogar sympathisch. Und trotzdem fällt es uns oft schwer, großzügig und gelassen mit uns selbst umzugehen. Dann haben wir die höchsten Anforderungen an uns, versuchen Fehler um jeden Preis zu vermeiden, Schwächen zu verbergen und uns selbst zu optimieren. Doch dieser Perfektionismus ist anstrengend und kann eine enorme mentale Belastung sein.

Und dann kommt noch hinzu, dass Perfektionismus eher verpönt ist. Lässig, entspannt und locker durch´s Leben zu surfen, das ist das Mantra unserer Zeit. Und so kommt zu dem Druck, alles perfekt machen zu wollen, auch noch die Vorstellung, dies aber bitteschön ohne Anstrengung hinzubekommen.

Wir wollen uns in diesen Live-Talk einmal näher anschauen, was ggf. dahintersteckt, wenn man immerzu perfekt sein möchte, wie wir in unserer Gesellschaft mit Fehlern und Scheitern umgehen und vor allem, was jeder einzelne tun kann, um gelassener mit sich selbst umzugehen.

Denn wenn ich lerne, eigene Fehler und Schwächen zu akzeptieren, bedeutet das vielleicht, dass ich so bleiben darf wie ich bin? Klingt erholsam und wohltuend, oder?

Unsere Expertin:



Latifa Baddour
Psychologin,
Business Coach, Mediatorin,
Beraterin und Trainerin bei INSITE


Fragen an unsere Expertin über den Chat (anonym möglich) sind willkommen!

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!



LIVE-TALK

ECKDATEN

Technische Voraussetzungen	Einwahl über einen Computer oder über ein mobiles Endgerät
 Ablauf	Dauer: 60 Minuten ON24-Veranstaltung mit vorheriger Registrierung
Kosten	Kostenfrei
Anmeldung	<p>Bitte melden Sie sich über den folgenden Link an:</p> <p>Dienstag, 03.12.2024, Start: 11:00 Uhr</p> <p>hier anmelden</p>  <p>Nach erfolgter Registrierung erhalten Sie Ihren individuellen Einwahllink per E-Mail.</p> <p>Die Teilnahme erfolgt anonym. Für diesen Live-Talk nutzen wir ON24 – eine Plattform für virtuelle Events. (siehe FAQs)</p>



LIVE-TALK

FAQs

- **Muss ich etwas herunterladen für die Teilnahme über ON24?**
Nein, Teilnehmende müssen sich keine Software herunterladen und können bequem per Browser teilnehmen. Nachdem Sie sich für den Live-Talk angemeldet haben, bekommen Sie per Mail einen Teilnahmelink, mit dem Sie sich zum Zeitpunkt des Live-Talks einfach einwählen.
- **Gibt es eine Browser-Empfehlung für die Nutzung von Zoom?**
Chrome oder Edge
- **Findet eine Video- und Audioübertragung von mir statt?**
Nein. Unsere Live-Talks werden aufgezeichnet, um sie im Nachhinein möglichst vielen Interessierten zur Verfügung stellen zu können. ON24 ist dabei so eingestellt, dass die Teilnehmenden sich nicht per Kamera oder Ton zuschalten können.
- **Ich möchte nicht, dass mein Name erscheint. Ist dies möglich?**
Alle Teilnehmenden werden automatisch vom System anonymisiert. Wichtig ist nur die Angabe einer korrekten E-Mail-Adresse, damit wir Ihnen den Teilnahmelink zusenden können.
- **Wie gestalten sich Sicherheit und Datenschutz bei ON24?**
Die ON24 Plattform arbeitet auf Basis der DSGVO. Für weitere Informationen siehe www.on24.com/gdpr
- **Wann soll ich mich einloggen?**
Unsere ON24 Plattform ist ab 15 Minuten vor dem jeweiligen Beginn für alle Teilnehmenden geöffnet.