



» Diesmal wirklich! «

So erreichst du deine Ziele mit WOOP

Spätestens Mitte Februar ist meist von den guten Neujahrs-Vorsätzen kaum noch etwas übrig. Warum ist das so und wie können wir es besser machen? WOOP ist eine wissenschaftlich evaluierte Methode, die nachweislich hilft, unsere Ziele zu erreichen. Im interaktiven DONNA-Workshop lernst du die vier Schritte dieser Methode kennen.

Einladung DONNA-Workshop »Diesmal wirklich!« am 11.02.2025

»Diesmal wirklich!«

So erreichst du deine Ziele mit WOOP

Wie steht es um deine Neujahrsvorsätze? Ziele zu setzen und zu erreichen, kann so schwierig sein. Im Business-Alltag stehen wir immer wieder vor meist inneren Hindernissen, die uns von unseren Vorhaben abbringen. Warum fällt es manchmal so schwer, Ziele zu wählen und sie erfolgreich umzusetzen? Liegt es an den Zielen selbst oder an der Art, wie wir unsere Ziele angehen?

WOOP ist eine wissenschaftlich fundierte Methode, die Prof. Dr. Gabriele Oettingen entwickelt hat. Das Besondere: Diese Methode blendet potenzielle Hürden nicht aus, sondern bezieht sie aktiv in die Planung ein, was zu realistischeren und erreichbaren Zielen führt.

In unserem Workshop schauen wir, warum es manchmal so schwierig ist, Ziele zu erreichen und welche Rolle „positives Denken“ dabei spielt. Wir lernen mit den vier Schritten von WOOP mögliche Hindernisse mitzudenken, und unsere Ziele mit mehr Klarheit und Zuversicht anzugehen.

Deine Referentin

Referentin ist Beate Fleck. Als Coachin und Expertin für Kommunikation und Marketing gestaltet sie interaktive Workshops für Themen zur Persönlichkeitsentwicklung. Der Workshop lädt zur eigenen Reflektion ein und bietet Gelegenheit für Austausch und Übungen.



Workshop: Diesmal wirklich!

Datum: Dienstag, 11. Februar 2025

Zeit: 18.30 -21.00 Uhr

Ort: BierCafé West
Lange Straße 42
44137 Dortmund

Kosten: 45,00 € inkl. Süppchen & Secco
für DONNA Mitglieder frei

Veranstalterin

DONNA Unternehmerinnen Netzwerk
Westfälisches Ruhrgebiet e.V.

Anmeldung bis 05.02.2025
www.donna-netz.de/anmeldung