



**RÜCKENWIND**

**Kraftvoll stimmige Lösungen finden**

# RÜCKENWIND **Kraftvoll stimmige Lösungen finden**

Das Leben bietet eine überwältigende Vielfalt an Themen, Dimensionen, Erlebnissen, die uns bereichern, wachsen lassen und immer wieder auch herausfordern.

Gehen Sie mit RÜCKENWIND auf eine persönliche Entdeckungsreise und erforschen Sie die Fülle Ihres Lebens aus verschiedenen Perspektiven. Nutzen Sie den Entwicklungsraum für den Austausch über Lebenserfahrungen, zur Orientierung, Kurskorrektur oder Neuausrichtung.

RÜCKENWIND unterstützt Sie dabei, Ihre Gestaltungsräume mutig zu nutzen. Ausgangspunkt der gemeinsamen Reise ist jeweils eine aktuelle persönliche Fragestellung.

- Sie finden stimmige Antworten und kraftvolle Lösungsansätze für Ihre aktuelle Fragestellung
- Sie erhalten Anregungen und Feedback durch das Frauen-Netzwerk auf Ihrer stärken- und ressourcenorientierten Expedition
- Sie definieren konkrete Veränderungsschritte und werden zu einer aktiven Gestalterin Ihres Lebens

Erfahrene Beraterinnen begleiten Sie mit innovativen Tools durch den Prozess.

Das Konzept ist auf die Zusammenarbeit, den Austausch und das Netzwerken unter Frauen ausgerichtet. Es wird als interne Veranstaltung für Unternehmen und Organisationen angeboten. Für Einzelpersonen besteht die Möglichkeit, in einem Coachingprozess von RÜCKENWIND zu profitieren.

**RÜCKENWIND**  
**ist ein Kooperationsprojekt von:**

Doris Gräve Miescher  
[www.coachingconcepts.ch](http://www.coachingconcepts.ch)

Angela Wortmann  
[www.awortmann.ch](http://www.awortmann.ch)



# RÜCKENWIND

## Kraftvoll stimmige Lösungen finden

Angela Wortmann, [www.awortmann.ch](http://www.awortmann.ch)

Doris Gräve Miescher, [www.coachingconcepts.ch](http://www.coachingconcepts.ch)

# Programmübersicht

**Orientieren  
und vorausschauen**

**Schätze bergen  
und Energie tanken**

**Unterwegs im Stärken- und  
Wertedschungel**

**Lebensmosaik  
gestalten**

Vorbereitung und Transfer

**Das Netz spinnen**

«Fäden aufnehmen»

**Zukunftsreise**

«Ich mach mir die Welt,  
wie sie mir gefällt»

**Lebensradar**

«Analyse meiner Lebens-  
bereiche»

**Expedition in die  
Vergangenheit**

«Stärkenstammbaum,  
Vorbilder und Sehnsüchte»

**Energie- und Lebensbalance**

«Tankstellen und Energie-  
räuber»

**Selbstcoaching**

«Meine Haltung, die positive  
Kraft von Emotionen und Embo-  
diment»

**Reality-Check**

«Meine aktuelle Fragestellung»

**Gallup Strengthsfinder**

«Meine fünf Signaturstärken»

**Zwischenstopp**

«Stärkenfeedback und  
Entwicklungs-Check»

**Veränderungsfokus**

«Mein Einfluss- und  
Gestaltungskreis»

**Wertedschungel**

«Meinen Werten und  
Leitsternen auf  
die Spur kommen»

**Fokussieren**

Die «richtigen» Ziele  
und der Charme der  
«zweitbesten Lösungen»

**2022**

«Meine Vision der Zukunft  
aktiv gestalten»

**Wichtige Mosaiksteine**

«Erfahrungen auf meinem  
Entwicklungsweg»

**Netze spannen**

«Gelingen in der Zukunft»

Frauen beraten Frauen