Glückskalender

Für AusbilderInnen und Auszubildende

BY MANDY ENGELHARDT

Hallo

Schön, dass du da bist!
Bevor unsere gemeinsame Reise mit dem Glückskalender startet,
ein paar Worte zu mir und ein paar Worte für dich.
Ich bin Mandy, deine herzliche Gastgeberin und Gründerin von Gast.Freundschaft.Leben.
Meine Reise hat in der Gastronomie und Hotellerie mit einer Ausbildung zur Hotelfachfrau begonnen und ich durfte viele Meilensteine auf meinen Weg sammeln.
Als Trainerin und Coach begleite ich Gastgeberinnen und Auszubildende auf ihrem Weg.

Connecten

Auf meiner Webseite bekommst du noch mehr Einblicke von mir und ganz viel Inspiration.
Höre gerne in meinen Podcast und lass uns auf Social Media miteinander verbinden.

Deine Mandy

WAS IST DER GLÜCKSKALENDER UND WARUM GIBT ES IHN?

Mit dem Glückskalender möchte ich Ausbilderinnen und Auszubildende noch ein Stück näher zusammen bringen, euch zum gemeinsamen Erleben einladen und vor allem den Auszubildenden auf seiner Reise begleiten.

Die Ausbildung ist ein neuer Lebensabschnitt, der ganz schön abenteuerlich ist und viel Entwicklung mit sich bringt.
Plötzlich steht das Leben Kopf, es gibt neue Erwartungen, die man erfüllen soll, neue Tagesabläufe die alles durcheinander wirbeln, Fachwissen, das man lernen darf, jede Menge Menschen, mit denen man als Gastgeber kommunizieren darf und vieles mehr.

Viele kleine und große Herausforderungen die man nicht ganz alleine meistern muss!

Ich habe für euch den Glückskalender mit 12 Monatsthemen gefüllt, die ihr gemeinsam beleuchten könnt und die eine wertvolle Unterstützung in dieser abenteuerlichen Zeit sein dürfen.

Ich wünsche mir sehr, dass diese und viele weitere Themen in Zukunft noch viel mehr Einzug in die Ausbildungswelt finden.
Das hat auch ganz viel mit meiner eigenen Erfahrung in meiner Ausbildung zu tun, die leider nicht die Beste war.

Seither habe ich es mir zum
Ziel gemacht, eine lebenswerte Ausbildung für die Zukunft mitzugestalten.

Ich wünsche dir und euch ganz viel Freude mit dem Glückskalender!

Deine Mandy

Das steckt drin

Inspiration zur Umsetzung

Damit du die besten Ergebnisse für dich rausholen kannst

12 Monate Glückscoaching

Tauche jeden Monat in ein wertvolles Thema ein und nimm dein Glück selbst in die Hand

Gast.Freundschaft.Leben

Erfahre mehr über mich und meinen Mehrwert für dich

Inspiration
für deine Reise

Zeit

Nimm dir Zeit für das Monatsthema!
Plane diese Zeit als Ausbilder am Besten gleich im Dienstplan mit deinem YoungSTAR ein. Ein wiederkehrendes gemeinsames Ritual, auch mit mehreren Auszubildenden und dem Ausbilder macht Spaß!

Kommunikation

Ein gemeinsamer Erfahrungsaustausch mit dem Ausbilder, Ausbildungsbegleiter, Kollegen oder Freunden ist sehr wertvoll. .

Inspiration

Lass dich von deinem Herz leiten und beschäftige dich intensiver mit den Themen, die dir wichtig sind. Es gibt wunderbare Bücher und vieles mehr. Höre gerne auch in meinen Podcast und hol dir weitere Inspiration.

Party

Hey YoungSTAR Mach ne Party draus! Feier deine Erfolgserlebnisse mit dem Glückskalender. Deine Ausbildung, deine Zukunft, deine persönliche Weiterentwicklung und all die WOW Momente, die du in dem Jahr mit deinen Gästen und deinem Team erlebst! Sei gut zu dir!

01

Das bin ich

Stärkenschatzsuche

Glaube an deine Kräfte. Wenn du an deine Stärke glaubst, wirst du täglich stärker!

Dalai Lama

Bist du dir deiner Stärken bewusst?
Mit den folgenden Fragen kannst du die Schätze in dir finden.
Nutze deine Schätze und spreche auch mit deinem Ausbilder darüber. Du hast so die Möglichkeit deine Stärken in deiner Ausbildung einzusetzen. So profitieren deine Kunden und Kollegen davon und dich wird es glücklich machen. Eine Win Win Chance für alle!

1. Was mache ich gerne?

2. Was kann ich besonders gut?

3. *Was sind meine Stärken?*

Antworten

Stärkenschatzsuche

01

02

03

02

Motivation aus eigenem, inneren Antrieb nennt man intrinsische Motivation. Diese Art der Motivation kann zum Beispiel durch Neugier, Interesse, Freude, Lust, Spaß, Sinnhaftigkeit und die Verbindung mit den eigenen Werten entstehen.

INTRINSISCH

EXTRINSISCH

Die zweite Art der Motivation wird durch unsere äußere Welt beeinflusst. Man nennt sie auch extrinsische Motivation. Sie entsteht zum Beispiel durch Anerkennung, Lob, Belohnung, Wertschätzung, Zugehörigkeit, sozialem Status und dem Einkommen.

MOTIVATION

Motivation

Dein Warum ist dein Motor

Warum machst du deine Ausbildung?

Was begeistert dich an deiner Ausbildung?

Welche Tätigkeit machst du besonders gerne?

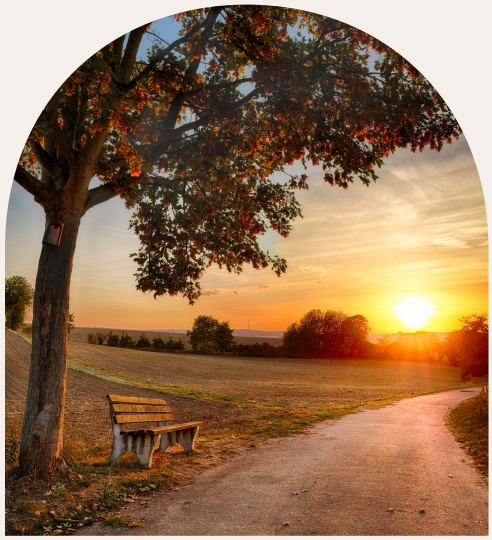
Was demotiviert dich?

03 | Erreiche deine Ziele

Glaube an dich und deine Träume und Visionen!
Um deine Träume Realität werden zu lassen, setzte dir Ziele auf deinem Weg. Vielleicht wird es den ein oder anderen Stolperstein geben, aber ich bin mir ganz sicher, dass du deine Ziele erreichen wirst!

> Nur wer sein Ziel kennt, findet den Weg!

In diesem Monat dreht sich alles um deine Ziele. Ich möchte dir ein Tool mitgeben, welches sehr wertvoll ist um tolle Erfolgserlebnisse zu feiern und weniger Misserfolge zu erleben. Mit dem SMART Modell kannst du vorher planen wie du dein Ziel gestaltest. Probiere es aus, nutze deine persönlichen Zielkärtchen als Begleiter im Alltag. Diese erinnern dich an deine Mission und motivieren dich bei jedem Schritt, den du dafür gehst!



Wenn du dich nicht aufhältst, kann dich nichts und niemand aufhalten!

Christian Bischoff

SMART

SPEZIFISCH

Formuliere deine Ziele so konkret und spezifisch wie möglich.

MESSBAR

Dein Ziel beinhaltet Qualitative und quantitative Messgrößen (Kennzahlen).

ATTRAKTIV

Plane dein Ziel so, dass du auch Freude und Lust hast, das Ziel zu erreichen.

REALISTISCH

Ist es möglich das Ziel innerhalb der Zeit und mit deinen Mitteln (Ressourcen) zu erreichen?

TERMINIERT

Ziele zeitlich binden und planen. Was ist bis wann zu erledigen?

Zielkärtchen

Dein Begleiter

Spezifisch / Messbar / Akzeptiert / Realistisch / Terminiert

Mein Ziel

Ich kann das!

Spezifisch / Messbar / Akzeptiert / Realistisch / Terminiert

Mein Ziel

Ich schaffe das!

Spezifisch / Messbar / Akzeptiert / Realistisch / Terminiert

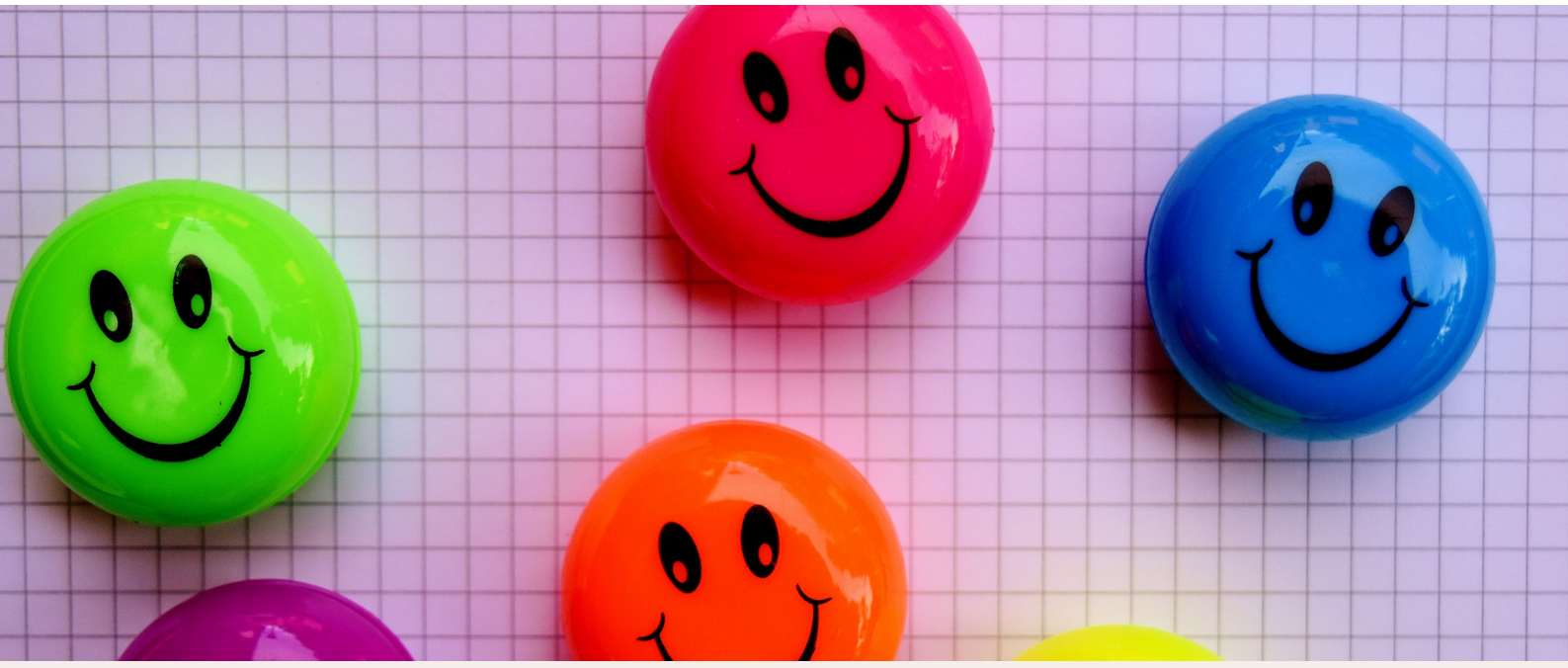
Mein Ziel

Ich glaub an mich!

Spezifisch / Messbar / Akzeptiert / Realistisch / Terminiert

Mein Ziel

Ich bleib dran!



104

Das habe ich noch nie vorher versucht, also bin ich völlig sicher, dass ich es schaffe!

Pippi Langstrumpf

Mut ist deine Superkraft!
Du bist vielleicht gerade richtig begeistert von etwas, möchtest dich einbringen mit neuen Ideen in deinem Lehrbetrieb oder endlich mal deine Meinung zu einem Thema sagen. Und dann kommen da diese Zweifel, die dich daran hindern, selbstbewusst zu sein. Aber keine Sorge, damit bist du nicht alleine in dieser Welt. Jedem Menschen geht es so. Es kommt jetzt darauf an, wie du mit diesen Zweifeln umgehst. Du kannst dir selbst vertrauen, wenn du dich gut kennst und immer wieder neue Dinge machst. Feiere deine Erfolgserlebnisse und glaub an dich!

Was bedeutet mutig sein für dich?

DEIN MUTAUSBRUCH

01

Was würde ich mich gerne trauen?

02

Was würde ich unheimlich gerne einmal machen?

03

Gibt es etwas, was du dich bisher noch nicht getraut hast?

TRAU DICH
WACHSE ÜBER DICH HINAUS

05 Kommunikation

Der Schlüssel zum Herzen

Für uns Menschen ist die Kommunikation eines der wichtigsten Fähigkeiten. Als Auszubildende dürfen wir diesen Schlüssel zum Herzen unserer Kunden und Kollegen immer weiterentwickeln.

Wir senden immer Signale an unseren Gegenüber, auch unbewusst. Zum Beispiel durch unsere Körpersprache, unsere Gestik und Mimik, Symbole, durch das gesagte oder geschriebene Wort und natürlich auch durch alles nicht Gesagte oder Geschriebene und viele weitere Kanäle. Dieses Monatsthema ist so vielfältig, dass es sich sehr lohnt, dich intensiver damit zu beschäftigen. Einen Impuls möchte ich dir mit auf deinen Weg geben.

Warum zuhören so wichtig ist?

1. *Respekt und Wertschätzung, Menschen wollen wahrgenommen werden.*
2. *Weniger Missverständnisse können entstehen.*
3. *Tieferes Verständnis und Empathie füreinander entwickeln.*
4. *Durch zuhören kannst du von anderen Menschen lernen.*
5. *Du vermittelst Interesse und Aufmerksamkeit für deinen Gegenüber.*

Aktives Zuhören

Ein Schlüssel zum Herzen

Aktives Zuhören verstehen und üben ist sehr wertvoll und lässt dich und deinen Gegenüber echte Glücksmomente erleben!

Voraussetzungen

Volle Aufmerksamkeit, innere Zusammenhänge erkennen, eigene Wahrnehmung überprüfen, keine eigenen Ergänzungen einbringen. Wichtig: Empathie zeigen.

Verstehen

Rückfragen stellen, zusammenfassen, Wünsche heraushören und paraphrasieren = In eigenen Worten das Verstandene wiedergeben.

Beobachten

Blickkontakt halten, Pausen zulassen, vollen Fokus auf deinen Gegenüber, nicken drückt aus, dass du zuhörst.

Antworten

Dein Verständnis überprüfen und Missverständnissen vorbeugen.
Nicht belehren und die Gefühle des Gegenübers spiegeln, baut Vertrauen auf.

Übung

Mit deinem Ausbilder oder einem Kollegen üben, lässt dich wachsen.
Dein Gegenüber kann dir etwas erzählen (Smal Talk genügt).
Achte auf alles was du nun über aktives Zuhören weißt.
Beginne damit das Gesagte zu paraphrasieren (in eigenen Worten wiederzugeben. Versuche auch die Gefühle zu deuten und anzusprechen.

06

Party

Deine Erfolge

Wow, sechs Monate durfte dich der Glückskalender bis jetzt begleiten! Zeit für eine Party voller Selbstliebe, positiven Gefühlen, Selbstvertrauen und Motivation. Herzlichen Glückwunsch zu deiner Weiterentwicklung Glücksbringer!

FEIER DEIN LEBEN

REFLEKTION
WIE WAR MEINE REISE MIT DEM GLÜCKSKALENDER BIS HEUTE?
HIER SCHREIBE ICH MEINE ERFOLGSSTORY AUF !

WIE MÖCHTE ICH MEIN LEBEN FEIERN?

PARTYPLANER

1.

2.

3.

Ein Leben ohne Feste ist wie eine lange Wanderung ohne Einkehr!

Für das bin ich dankbar...

Deine Werte sind wie deine Wegweiser, dein Lebensmotor und Kompass.
Mit deinen persönlichen Werten definierst du, WIE du handeln willst, WIE du deine Ziele erreichen möchtest, WIE du mit deinen Mitmenschen umgehen willst und WIE du dein Leben gestalten möchtest.

07

Deine Werte

Wenn du deine Werte kennst wirst du selbstbewusster und kannst bessere Entscheidungen treffen.

DEINE

Finde jetzt deine drei wichtigsten Werte und integriere sie in dein Leben. Du brauchst als erstes eine Liste mit allen Werten im Überblick. Diese kannst du kinderleicht im Internet finden.

Markiere dir in der Liste die 10 Werte, die zu dir passen.

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10

Lass aus den 10 Werten die wichtigsten 5 werden

Aus den 5 Werten suchst du dir deine Top 3 Werte aus

Wie kannst du deine 3 wichtigsten Werte in deinem Alltag leben?

- *Reflektiere deine Werte von Zeit zu Zeit*
- *Kommuniziere deine Werte in wichtigen Situationen*
- *Zieh dir deine Werte bei Entscheidungen zu Hilfe*

WERTE

08 TEAMLIEBE

Wir alle wünschen uns ein Team, in dem wir uns wohlfühlen. Kollegen mit denen wir gerne zusammenarbeiten und mit denen wir gemeinsam unsere Gäste verzaubern können. Dieses Miteinander und Füreinander darf entstehen und wir können miteinander wachsen.
Dabei dürfen wir nicht vergessen, dass wir alle etwas dazu beitragen können. Hier ein paar wertvolle Tipps für dich als Teamplayer.

Gemeinsame Glücksmomente

- *Ich versuche empathisch zu sein und mich bei Diskussionen in meinen Kollegen hinein zu versetzen.*
- *Ich lebe Anerkennung und Wertschätzung vor, um auch meine Kollegen dafür zu begeistern.*
- *Ich akzeptiere die Einzigartigkeit jedes Einzelnen.*
- *Ich versuche meinen Kollegen Mut und Zuversicht zurück zugeben, wenn etwas schiefgelaufen ist.*
- *Ich gehe auf Ideen und neue Vorschläge von Kollegen ein und nehme sie ernst.*
- *Ich reflektiere mich und mein Verhalten.*
- *Ich gehe auf neue Teamplayer zu, zeige mein Interesse und bin offen gegenüber anderen Kulturen.*

WERTSCHÄTZUNG FÜR MEINE KOLLEGEN

Schneide entlang den Linien, die Komplimente für jede Gelegenheit ein und häng sie am Arbeitsplatz auf. Zum Beispiel für alle Kollegen gut sichtbar im Backoffice.

Schön, dass es dich gibt!

Danke für deine Hilfe!

Du bist einfach wunderbar!

Du hilfst mir beim Wachsen!

Wir sind ein SUPER TEAM!

Du hast einen Wunsch bei mir frei!

Dein Lachen macht süchtig!

Danke, dass du für mich da bist!

Glücklich ist das schönste Makeup!

Ein Trostpflaster von Herzen!

Danke, dass du so mutig bist!

REIß MICH AB UND VERTEIL MICH !

HEUTE VERTEILE ICH LIEBE

WERTSCHÄTZUNG FÜR MEINE KOLLEGEN

Schneide entlang den Linien, die Komplimente für jede Gelegenheit ein und häng sie am Arbeitsplatz auf. Zum Beispiel für alle Kollegen gut sichtbar im Backoffice.

Spitze, wie herzlich du unsere Gäste begeisterst!

Du bist super, so wie du bist!

Du kannst alles schaffen!

Ich bin stolz auf dich!

Großes Lob für deine super Ideen!

Sei stolz auf das, was du schon erreicht hast!

Danke, dass du immer so fair bist!

Mit dir bewältige ich jede Herausforderung!

Schön, dass du unser Team bereicherst!

Danke für alles!

Ich bin für dich da!

REIß MICH AB UND VERTEIL MICH !

HEUTE SAG ICH WAS NETTES

09

Resilienz

Gestärkt durch stürmische Zeiten

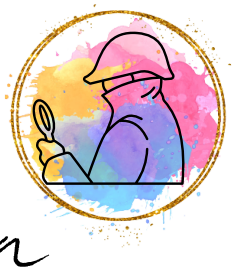
Resilienz, was für ein Wort!
Resilienz beschreibt unsere Widerstandsfähigkeit, wenn uns das Leben aus der Bahn wirft. Zum Beispiel durch einen Konflikt, eine Trennung, eine Krise, Rückschläge oder Verlust. Damit du schwierige Zeiten in deinem Leben meisterst und nicht den Kopf in den Sand steckst oder sogar krank wirst, kannst du deine Widerstandsfähigkeit aufbauen. Damit du wie ein Schwamm, den man zusammenpresst, wieder in deine ursprüngliche Form zurück springst. Nimm dein Glück selbst in die Hand!

7 SÄULEN DER RESILIENZ

- *Optimismus*
- *Akzeptanz*
- *Lösungsorientierung*
- *Opferrolle verlassen*
- *Verantwortung übernehmen*
- *Netzwerk aufbauen*
- *Zukunft planen*

Resilienz kannst du dir aufbauen und die 7 Säulen helfen dir dabei. Für dich als Auszubildender kann das Thema Stress und der Umgang damit eine große Herausforderung sein. Damit du deine Stressbereiche und Energieräuber entlarven kannst, habe ich eine Glücksübung für dich.

HEUTE BIN ICH



Detektiv in meinem Leben

Stresslandkarte

Lösungsorientiert mit Stress umgehen

1. *Nimm dir ein Blatt Papier und schreibe deinen Namen in die Mitte.*

2. *Schreibe um deinen Namen nun alle Bereiche, Aufgaben und Personen, die in deinem Leben sind. Je wichtiger umso näher an deinem Namen und weniger wichtige weiter weg.*

3. *Nun bewerte alle Notizen:*
   1. *von 0 (=stressfrei) bis 5 (=max. Stress)*
   2. *+ (=gibt Kraft) und – (=kostet Kraft).*

So erhältst du einen aktuellen Überblick was dich im Moment am meisten belastet und was dich stresst.

Lösungsorientiert

Du bist ein super Detektiv und hast viel herausgefunden über dich und deine Energieräuber!
Jetzt darfst du dir Lösungen überlegen, wie du diese Bereiche, Aufgaben oder Personen in deinem Leben reduzierst oder umstrukturierst, um wieder mehr Power zu bekommen und mehr Platz für neue Aufgaben und Ziele.

10 Dein Selbstwertgefühl

Sei dir selbst ganz viel wert!
Sei von dir begeistert!

Selbstliebe

Magst du dich so, wie du bist? Mit all deinen Einzigartigkeiten? Selbstliebe bedeutet nicht, alles an sich zu lieben. Vielmehr bedeutet es, sich selbst anzunehmen, sich wahrzunehmen , sich zu akzeptieren und sich zu erlauben zu dem Menschen zu werden, der man wirklich sein möchte.
Sei gut zu dir und versuche dich weniger zu kritisieren. Du bist wundervoll, so wie du bist!
Deine Selbstliebe darf wachsen.

Selbstvertrauen

Vertraue dir und deinen Fähigkeiten und glaube an dich! Auch dein Selbstvertrauen darf gemeinsam mit deinen Kompetenzen wachsen! Alles was du in deiner Ausbildung lernst, gibt dir Sicherheit und unterstützt dein Selbstvertrauen.
Die Selbstliebe und dein Selbstbewusstsein spielen mit deinem Selbstvertrauen in einem Team!

Selbstbewusstsein

Bist du dir selbst bewusst? Das bedeutet einfach gesagt: Kennst du dich, deine Stärken und Schwächen? Was ist dir wichtig im Leben, was sind deine Werte und deine Überzeugungen?
Wenn du dich selbst besser kennenlernst und dich und dein Handeln unter die Lupe nimmst, kannst du ein gutes Selbstbewusstsein aufbauen.

Was du denkst, strahlst du aus!

SELBST

Auf der nächste Seite lade ich dich ein, dir selbst bewusst zu werden.
Hier findest du ein paar Fragen, die dich unterstützen können.
Gestalte die Seite so, wie du es möchtest.
Wichtig ist nur, dass du dich selbst zum Ausdruck bringst.

Wie möchte ich mich abbilden?
Das bin ich !

Was sind meine 3 wichtigsten Werte?

Was liebe ich an mir selbst?
Welche Besonderheiten akzeptiere ich an mir?

Was sind meine Stärken und Schwächen?

BEWUSST

11

Konflikte am Arbeitsplatz meister

Wie kannst du Konflikten begegnen oder sie vermeiden?

Am Arbeitsplatz kann jeder in seiner Rolle etwas tun, damit Konflikte nicht leicht entstehen können oder sie beim Entdecken zügig gelöst werden. Ich habe für dich auf der nächsten Seite eine Übung vorbereitet, die dich dabei unterstützen kann.

Mögliche Ursachen für Konflikte am Arbeitsplatz

- *schlechte Kommunikation wodurch Missverständnisse entstehen können.*
- *sich ungerecht behandelt fühlen.*
- *Veränderungen, die überfordern.*
- *knappe Ressourcen wie Zeit, Budget oder Arbeitsmaterial.*
- *Machtkämpfe zwischen einander.*
- *Intrigen wie z.B. Mobbing.*
- *Unlogische Entscheidungen.*
- *Verschiedenheit von Einstellungen und Werten*

Was kannst du tun, um Konflikte zu entschärfen und zu lösen?

- *Nach der Ursache forschen. Warum ist der Konflikt entstanden? Welche Gefühle verursacht das bei mir? Wer leidet gerade am meisten?*
- *Suche nicht die Schuld bei anderen, sondern versuche Lösungsorientiert zu sein.*
- *Sich in den anderen hineinversetzen und durch Empathie die Perspektive wechseln.*
- *Hilfe annehmen und darüber mit einer vertrauten Person sprechen.*

I n p u t

ICH- und DU Botschaften

✓ *Wertschätzende Kommunikation ist der größte Helfer, um Konflikte gar nicht erst entstehen zu lassen oder sie zu lösen bevor sie sich verhärten.*

✗ *Wenn du mit einem Vorwurf, Beschimpfungen oder Beschuldigungen das Gespräch sucht, wirst du keine Lösung finden. Dein Gegenüber wird sich verteidigen und dich auch angreifen.*

Verhalten ansprechen, das dich stört. Deine Beobachtung, nicht bewerten!

Sprich die Gefühle an, die bei dir ausgelöst werden. Was empfindest du?

Auswirkung auf die eigene Situation und dein Bedürfnis beschreiben

Beschreibe deinen Wunsch oder eine Bitte für die Zukunft.

✗ *Du - Botschaften sind deshalb kein Helfer und können die Situation verhärten.*
Beispiele :
" Du bist Schuld dass,..."
" Du bist arrogant und .."
" Du bist egoistisch.!"

✓ *Du kannst den Kreislauf der Ich - Botschaften mit einem Kollegen oder deinem Ausbilder üben.*
So kannst du in Zunft herausfordernde Gespräche besser meistern!

12

Lebensbereiche - Check

Seit du deine Ausbildung begonnen hast, hat sich bestimmt so einiges in deinem Leben geändert. Ich möchte dich einladen, deine Lebensbereiche zu beleuchten. Es hilft dir dabei deine aktuelle Lebenssituation darzustellen und Bereiche aufzudecken, die vielleicht gerade wenigerer Zeit oder Aufmerksamkeit bekommen als andere. Du kannst dich bewusst mit dir und deinem Leben beschäftigen. Dadurch kannst du Lösungen finden, um zum Beispiel Ziele besser zu erreichen und ausgeglichener zu werden. Nimm also dein Glück selbst in die Hand, um dein erfolgreiches und zufriedenes Leben zu gestalten

LEBENSBEREICHE

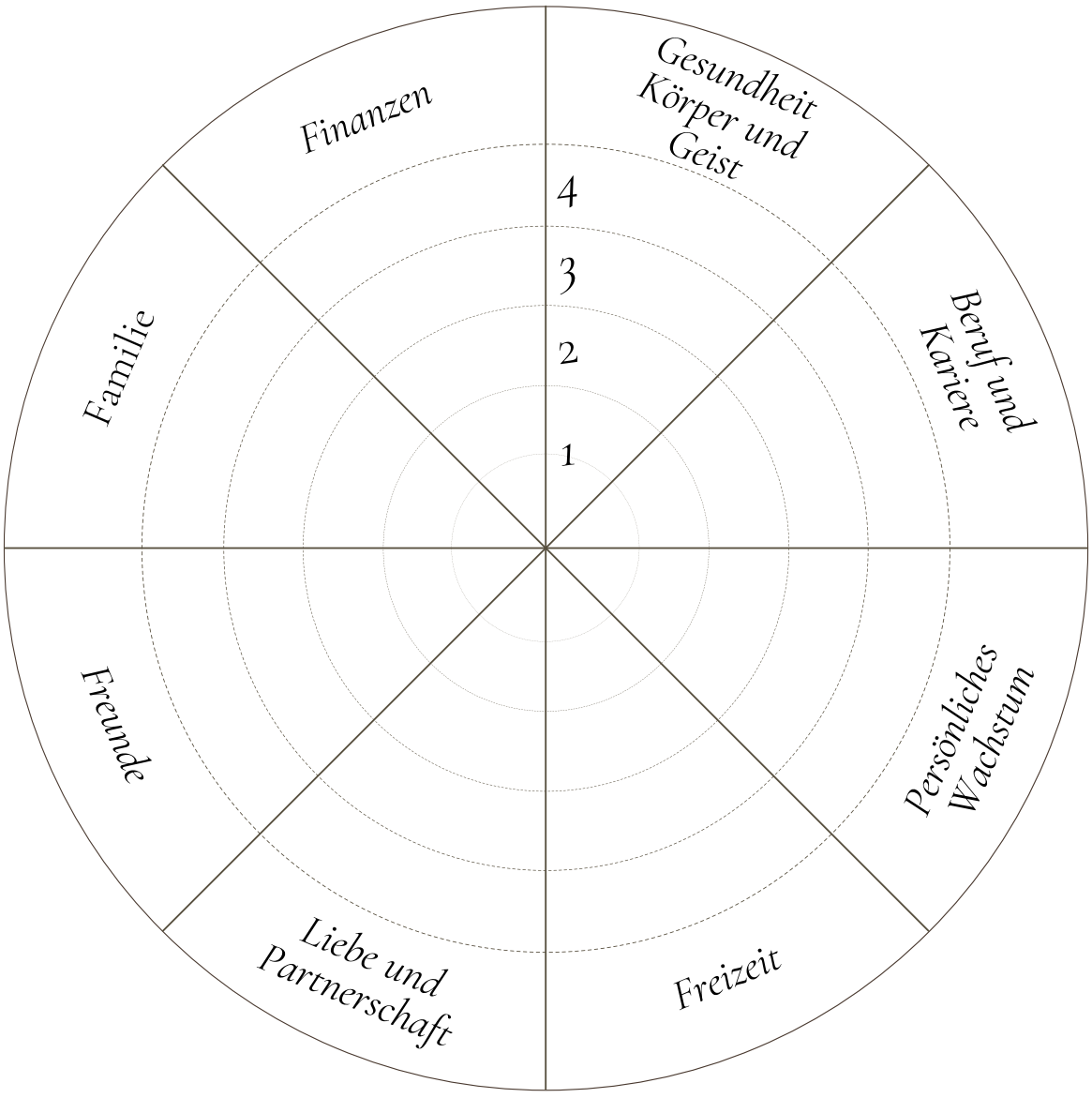
- *Gesundheit*
- *Finanzen*
- *Beruf und Kariere*
- *Persönliches Wachstum*
- *Freizeit*
- *Liebe und Partnerschaft*
- *Freunde*
- *Familie*

So nutzt du das Rad des Lebens

Frage dich bei jedem Bereich, wie zufrieden du im Moment damit bist und male den Bereich aus.
o Steht für unzufrieden und 4 für sehr zufrieden.
Wenn du das bei allen Bereichen so machst, erhältst du ein Gesamtbild über dein aktuelles Leben.

Mein Lebensrad

Ich nehme mein Glück selbst in die Hand



TUN

In welchen Bereichen möchte ich etwas verändern?

Was möchte ich verändern?

Welche Erwartungen habe ich an mich?

Welche kleinen Schritte und Ziele setze ich mir?

Ziele setzen mit SMART

Herzlichen Glückwunsch

Glücksbringer und danke, dass du diese Reise gewagt hast!
Du hast so einige Abenteuer hinter dir und viele neue Erlebnisse und Erfahrungen in deinen Lebensrucksack gepackt!
Du kannst sehr stolz auf dich sein!
Danke liebe Ausbilderin oder Ausbilder, dass du so eine wertvolle Begleitung und Unterstützung für unseren YoungSTAR warst!

Möchtet ihr gemeinsam noch mehr Abenteuer erleben?
Dann meldet euch gleich an, zum YoungSTARS Glückscoaching

YoungSTARS Glückscoaching

Die Reise geht weiter...

Jetzt beginnt meine Herzensmission für unser Auszubildenden, unsere YoungSTARS.

Als Mentaltrainerin und herzliche Gatgeberin verbinde ich zwei Welten miteinander, um unsere YoungSTARS zu empowern und zu stärken.
Damit sie mit noch mehr Freude und Motivation in ihrer Ausbildung durchstarten können und ihr Lebensglück selbst in die Hand nehmen.

Ein einzigartiges Online Coaching, das durch den Ausbildungsbetrieb als wertvolles Benefit getragen werden kann.

Wenn du jetzt auch so begeistert bist wie ich, dann melde dich gerne für ein Vorgespräch bei mir unter : mandy-engelhardt@gmx.at

Quick Check

- *6 oder 12 Monate YoungSTARS Gruppen Coaching*
- *2 Online Live Workshops im Monat mit Mandy*
- *Onlinezugang zu allen Modulinhalten mit Videos und Workbooks zum Download*
- *Monatliches Glücksjournal mit Lebensbereiche Check*
- *Special Guests Inspirierende Menschen in den Live Workshops*
- *Glücksbuddy für gegenseitigen support und gemeinsames wachsen*
- *Monatlicher Newsletter mit Tipps und Inspirationen für Ausbilder*

Ausbilder Gastronomie Hotellerie

Think and do tank

Hier startet deine Reise mit der ersten Ideenfabrik für Lehrlingsausbilderinnen und Ausbilder, bei der die Umsetzung im Fokus steht.
Wir werden in den kostenfreien Workshops zum einen die Zukunft der betrieblichen Ausbildung auf das nächste Level heben und zum anderen deine Potenziale und Kompetenzen sowie deine mentale Power stärken und die Ausbildung in unserer Branche noch lebenswerter gestalten.

- *Du bist Lehrlingsausbilderin, Ausbilder oder Ausbildungsbegleiter in direkter und operativen Zusammenarbeit mit Auszubildenden? Zum Beispiel im Restaurant oder an der Bar als Chef de Rang , in der Küche als Chef de Partie, an der Rezeption oder im Housekeeping? Dann bist du hier genau richtig.*
- *Herzlich eingeladen sind auch Mütter oder Väter, die derzeit in Elternzeit sind und bald wieder Wegbegleiter unserer Auszubildenden sind.*
- *Deutschland – Österreich – Schweiz – Südtirol*

- *GEMEINSAM die ZUKUNFT gestalten und neue Wege gehen*
- *GRENZENLOSER Erfahrungsaustausch miteinander*
- *Lehrlingsausbildung LEVEL UP*
- *IDEEN und POTENZIALE füreinander einsetzen*
- *EMPOWERMENT und PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG für dich*

Live Online

Aktuelle Termine findest du auf meiner Webseite!
Melde dich gerne an unter:
mandy-engelhardt@gmx.at

www.gast-freundschaft-leben.com

Ich wünsche dir alles Gute auf
deinem Weg in der schönsten
und buntesten Branche der Welt!

Deine Mandy

www.gast-freundschaft-leben.com