

## **Love it, change it or leave it**

### **Warum konsequente Entscheidungen wichtig sind**

Love it, change it or leave it - dieses Motto klingt so einfach. Dennoch fällt es uns häufig schwer, Situationen, Beziehungen im privaten oder beruflichen Kontext zu verlassen, obwohl sie uns nicht mehr guttun und wir eigentlich nicht mehr bleiben wollen. Doch woran liegt das?

Wir können nicht alles, aber so manches ändern. In diesem Vortrag wird eine einfache, und wirksame Methode, um Entscheidungen im Leben zu treffen behandelt. Was hilft uns, unsere aktuelle Situation zu verstehen, die Optionen zu überprüfen und eine Entscheidung zu treffen, die unseren Werten und Zielen entspricht.

#### **Inhalte**

- Wie funktioniert der Entscheidungsprozess?
- Warum fällt uns trennen so schwer?
- Wie kann man seine Komfortzone verlassen?

#### **Referentin:**

Tessa Koschig, Potenzial-Ermittlerin, Psychologische Beraterin, systemischer Coach, female Empower-Mentorin, Gleichstellungsbeauftragte (höherer Dienst) der Polizei Hessen, Wiesbaden

#### **Kooperation:**

Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e.V.  
Kommunale Frauenbeauftragte der Landeshauptstadt Wiesbaden

#### **Datum:**

Donnerstag, 16. Mai 2024, 16:00 – 17:30 Uhr (Online)

#### **Anmeldeschluss:**

08. Mai 2024

#### **Link zur Anmeldung:**

<https://buero-f.webex.com/weblink/register/r005a81c74679e0b5bed6a36fe7be6767>

Referat Kommunale Frauenbeauftragte  
der Landeshauptstadt Wiesbaden  
Rathaus, Schlossplatz 6, 65183 Wiesbaden  
Telefon: 0611/31-2449  
Telefax: 0611/31-3905  
E-Mail: frauenbeauftragte@wiesbaden.de