

**Energiemanagement für Intro- und Extrovertierte**

---

**AL 8: Mittwoch, 18.09.2019, 15:00 – 16:30 Uhr**

Jeder hat eine Vorstellung von introvertierten und extrovertierten Eigenschaften – die Unterscheidung erscheint in fast jedem Persönlichkeitstest und ist ähnlich wichtig wie die Frage, ob Sie männlich oder weiblich sind. Wissen Sie auch, welche Bedingungen "Intros" und "Extros" brauchen, um kreativ und leistungsfähig zu bleiben? Intro- und extrovertierte Personen zeigen deutliche Unterschiede in der Art ihrer Energiegewinnung und in der Entwicklung ihres optimalen Potenzials. In diesem Workshop finden Sie auf unterhaltsame und übersichtliche Weise heraus, wie der "kleine Unterschied" zwischen Intro- und Extrovertierten genau aussieht, in welchen Bereich Sie selbst gehören und vor allem was konkret "Intros" und "Extros" für optimales Energiemanagement und bestmögliche Leistungsfähigkeit benötigen.

Das Ergebnis: mehr Produktivität, mehr Energie und mehr persönliche Zufriedenheit im Alltag. Der Workshop ist interaktiv und dialogisch ausgerichtet.