



# Self-Effectiveness- Training (SET)

Wege zu mehr Klarheit,  
Selbstvertrauen und innerer Stärke



- Du stehst vor Veränderungen – oder bist mittendrin?
- Du wünschst Dir Orientierung und mehr Lebendigkeit?
- Du möchtest Dich weiterentwickeln?

**Dann kann das Self-Effectiveness-Training (SET)  
das Richtige für Dich sein.**

## Self-Effectiveness-Training (SET)

Das SET ist ein Präsenztraining und verbindet Persönlichkeitsentwicklung mit erfahrungsorientierter Weiterbildung.

Über einen Zeitraum von 1,5 Jahren findet das Training an Wochenenden statt.

### Im SET stärkst Du Deine Sozial- und Selbstkompetenz

Du trainierst,

- Klarheit und Selbstsicherheit zu entwickeln
- flexibler im Denken und Handeln zu werden
- einen freien, lebendigen Selbstausdruck
- souveräner und durchsetzungsfähiger zu handeln
- Beziehungs- und konfliktfähiger zu werden
- ein stabiles, wertschätzendes Selbstbild zu entwickeln.



**Du fühlst Dich  
angesprochen?**

Kontaktiere uns direkt für  
ein kostenfreies Vorgespräch  
unter [office@calumed.de](mailto:office@calumed.de)

Scanne den QR Code für mehr Informationen.



**Calumed** e.V.