

# ***Schlüsselqualifikationen***

***Themenfeld:***

**Persönlichkeit  
Selbstorganisation  
Arbeitsmethodik**

**Seminare  
Workshops  
Trainings**

# PERSÖNLICHKEIT, SELBSTORGANISATION UND ARBEITSMETHODIK

## ▼ „WERDE, DER DU BIST!“ - ENTWICKLUNG UND SELBSTSICHERHEIT

### Modul 1

#### Workshop zur Arbeit an der eigenen Persönlichkeit

**Stichworte:** Persönliche Stärken- und Schwächenanalyse; Arbeit an ungünstigen Verhaltens- und Reaktionsmuster; Werthaltungen; Selbstbild und Fremdbild; mentale und emotionale Disposition und Selbststeuerung; zu sich selber stehen; sagen, was man sagen möchte, Nein-Sagen können; sicher auftreten; sich selbst darstellen;

## ▼ ZEITMANAGEMENT UND SELBSTORGANISATION

### Modul 2

#### Mehr Zeit für das Wesentliche

**Stichworte:** Berufliche und private Ziele; Prioritäten setzen; Persönlichkeit und Selbstdisziplin; Zeitfresser entdecken und bearbeiten; effiziente Planungsinstrumente und -techniken einsetzen; organisationale Aspekte des Zeitverhaltens; Formen der Zusammenarbeit;

## ▼ KREATIVITÄT UND ARBEITSMETHODIK

### Modul 3

#### Workshop zur Steigerung der persönlichen Arbeitsqualität

**Stichworte:** Was ist Kreativität?; verschiedene praktische Kreativitätstechniken – für individuelles Arbeiten und für Gruppen; zielorientiertes Arbeiten; Ordnung schaffen; Modelle zur systematischen Problemlösung; Wie funktioniert Lernen?; Recherchieren zu einem Thema;

# PERSÖNLICHKEIT, SELBSTORGANISATION UND ARBEITSMETHODIK

## ▼ EMOTIONALE INTELLIGENZ

### Modul 4 Training zu persönlichen und sozialen Kompetenzen

**Stichworte:** Rationale und emotionale Intelligenz; eigene Gefühle wahrnehmen und einsetzen; die Kraft der Intuition; mit eigenen Emotionen und denen der anderen umgehen; schwierige emotionale Situationen bewältigen; Empathie und Authentizität;

## ▼ „AUSZEIT“ FÜR PERSÖNLICHE LEBENSPLANUNG

### Modul 5 Rekreationstage zur kreativen Auseinandersetzung mit der eigenen Lebenssituation

**Stichworte:** Mein Lebensweg; Wirklichkeitskonstruktionen; der Umgang mit eigenen und äußeren Ansprüchen; persönliche Ziel- und Perspektivenentwicklung; geistige und körperliche Erholung; Anstöße für neue Kreativität; Entspannung und Stille; Work-Life-Balance; persönliches Coaching durch den Seminarleiter;

# ***Bei allen Veranstaltungen: Methodisch vielfältig lernen***

- Einbeziehung der Teilnehmererfahrungen
- Modelle aus unterschiedlichen wissenschaftlichen Disziplinen
- Praktische Übungen
- Gruppenarbeit und Präsentationen
- Fall- und Projektstudien
- Planspiele und PC-gestützte Simulationen
- Rollenspiele mit Videoauswertung
- Dokumentation, Skripten, Arbeitsblätter und Checklisten
- Team- und Einzelcoaching, „Entwicklungswerkstatt“
- Blended Learning: Web based Trainings + Präsenz-Lernen
- Erlebnispädagogische Elemente

**FORDERN SIE AUSFÜHRLICHE  
SEMINARBEBSCHREIBUNGEN  
AN.**

**WIR KONZIPIEREN SPEZIFISCHE  
SEMINARE FÜR IHREN BEDARF  
UND IHRE ZIELSETZUNGEN IM  
UNTERNEHMEN.**

**LASSEN SIE SICH IHR  
INDIVIDUELLES ANGEBOT  
ERSTELLEN.**