

Weitere Angebote aus der Reihe
„Angewandte Praxis“

Das Grundwissen
erfolgreicher Projektmanager
Die Bausteine zum Projekterfolg

Das Aufbauwissen
erfolgreicher Projektmanager
Herausforderungen im laufenden Projekt

Das Expertenwissen
erfolgreicher Projektmanager
Angewandte Praxis und ihre Fallstricke

Die emotionale Intelligenz
Fordern und Fördern von Mitarbeitern

Die Umsetzung
in die Praxis
Experten coachen Experten

Ihre Ansprechpartner für inhaltliche und
organisatorische Fragen zu
Seminarinhalten und Veranstaltungen



Rolf Schulze

Telefon: 0 61 50 / 59 13 80
e-Mail: rolf.schulze@rscon.de



Katja Kraus-Kühn

Telefon: 0 61 31 / 24 06 98 7
e-Mail: kkk@change-by-step.de

Das Selbstmanagement

Im Einklang zwischen
Beruf und dem „Ich“



Wir zeigen Ihnen
Möglichkeiten des bewussten
Umgangs mit Ihrer Energie

Das Selbstmanagement

Zielgruppe

Führungskräfte, Spezialisten und Mitarbeiter, die auf der Suche nach dem Zusammenspiel zwischen den täglichen Herausforderungen im Beruf und der Eigenverantwortung für sich selbst sind.

Zielsetzung

Im Arbeitsleben kann keiner auf Dauer verantwortlich bestehen, wenn es ihm nicht gelingt, seine täglichen Anforderungen zu analysieren, zu strukturieren, zu delegieren und die schöpferische Kraft neu aufzutanken.

Der Teilnehmer lernt Methoden zum Selbstmanagement kennen und erhält Hinweise zur möglichen Regenerierung seiner Schöpfungskraft.

Er setzt sich auseinander mit

- dem bewussten Zeitumgang
- dem Einfluss Außenstehender auf seine Person
- den Möglichkeiten der Selbstorganisation
- der Hilfe zur Selbsthilfe

Seminarinhalte

- Psychische Anforderungen an die eigene Person
- Strukturierung von Zeit und Arbeit
- Arbeitsplatzorganisation
- Umgang mit anderen und sich selbst
- Hilfe von außen
- Lebensbalance

Seminardauer

Zwei Tage