

PERSONALE & SOZIALE KOMPETENZ

Selbstmanagement



Balance gefunden?

**Erreichen Sie Ihre Ziele?
Erreichen Sie ihre Ziele privat
und beruflich gleichermaßen?**

Gehen Sie effizient vor und mit Gelassenheit? Haben Sie Ihre ganz persönliche Work-Life-Balance gefunden?

Sind Sie zufrieden?

Wissen Sie, woher Ihre Energien kommen und warum auch manchmal nicht? Sie möchten ihre bewussten und unbewussten Motive besser kennenlernen, ihre bisherigen Handlungsbarrieren verstehen lernen, den "inneren Schweinehund" genauer kennenlernen und Willensstrategien entwickeln, Sie möchten Ihre Lebens- und Berufsziele systematisch und souverän verwirklichen?

Dann würden wir Sie gerne dabei unterstützen in unserem Seminar Selbstmanagement.

Zielgruppe

Führungskräfte, Fachspezialisten, Projektmanager, Potenzialträger

Teilnehmer

6 bis maximal 12

Seminarziel

- » Aufbau von Selbstmanagementkompetenz für Beruf und Privatleben
- » Die eigene Energie und Effizienz erhöhen, work-life-balance finden
- » Ziele, Motive, innere Handlungsbarrieren verstehen und besser managen lernen, Willensstärke weiterentwickeln.

Seminarinhalt

- » 01 Motivation und Wille
- » 02 Ziele setzen, Zielkonflikte reduzieren
- » 03 Unbewusste Motive, Furcht- und Hoffnungsmotive
- » 04 Selbstwahrnehmung und Emotionskontrolle
- » 05 Willensstärke aufbauen, Handlungsbarrieren überwinden
- » 06 Im Seminar kommen psychologische Testverfahren zum Einsatz

Zeit / Ort

- » Dauer des Trainings: 2 Tage
- » Durchführung „inhouse“ und Termine nach Vereinbarung

Ihr Trainer



Dr. Robert Holzapfel

- HRM Consulting
- Interims-Management
- Leadership-Coaching

"Neugier ist meine Stärke!"

Teilnahmegebühr pro Teilnehmer

» 950,-- € zzgl. gesetzlicher Umsatzsteuer

Kontakt

PEOPLE ACADEMY GMBH

Heribertstr. 9

D-85652 Landsham
bei München

Tel.: 089 / 943 87 87 - 0

Mobil: 0173 / 58 2222 8

E-Mail: mail@people-academy.de

Website: www.people-academy.de