



5. Seminare für spezielle (z.B.: für den Arbeitsmarkt relevante) Zielgruppen:

5.1 Bewerbertraining

Zielgruppe

Die Weiterbildungsveranstaltung „Bewerbertraining“ richtet sich an Personen in Bewerbungssituationen.

Seminarziele

Die Teilnehmer erhalten grundlegendes Know-How zum Bewerbertraining. Die wichtigsten Strategien für eine erfolgreiche Bewerbung werden praxisorientiert und anschaulich vermittelt.

Mögliche Inhalte:

- Das Bewerbungsschreiben
- Das Vorstellungsgespräch
- Selbstdarstellung und Lebenslauf
- Tipps und Strategien für eine erfolgreiche Bewerbung
- Die Internetbewerbung
- Die professionelle Bewerbungsmappe
- Einführung in das Assessment-Center
- Wie überzeuge ich meinen Gesprächspartner?
- Die optimale Selbstdarstellung
- Auf welche Fragen muss ich vorbereitet sein?
- Darstellung der eigenen Stärken und Schwächen
- Die Meisterung von heiklen Situationen



5.2 Erfolgsfaktor Persönlichkeit

Zielgruppe:

Für alle Menschen mit einer großen Bereitschaft zur Selbstreflexion.

Seminarbeschreibung:

Wie wirke ich auf andere? Wie kann ich mich in bestimmten Situationen wirksamer darstellen? Und warum nehmen mich andere mitunter anders wahr als ich mich selbst? Erfolg und Zufriedenheit in Ihrem Beruf hängen immer auch von der Wirksamkeit Ihres eigenen Verhaltens ab - und daran können Sie gezielt arbeiten, ohne sich zu verbiegen. Indem Sie sich über Ihre Denk- und Handlungsmuster bewusstwerden, erlangen Sie für sich die Möglichkeit, neue, möglicherweise passendere Ansätze zu entwickeln und somit Ihre Potenziale besser zu entfalten. Auch in Konflikt- oder Stresssituationen können Sie dadurch selbstwirksamer agieren.

Mögliche Inhalte:

- Die Wirkung der eigenen Person auf andere
- Das eigene Erfolgsverständnis und persönliche Ziele
- Sich selbst/die eigene Persönlichkeit kennenlernen
- Eigene Verhaltens- und Gefühlsmuster reflektieren und überprüfen
- Die Wirksamkeit des eigenen Handelns erkunden, verstehen und an den persönlichen Zielen ausrichten
- Neue Ansätze für Denk- und Verhaltensweisen entwickeln
- Persönliches Stärken- und Schwächenprofil
- Hemmungen und Unsicherheiten bearbeiten

Ziele:

- Sie kennen Ihre Verhaltensmuster, Ihre Stärken und Schwachstellen und können Ihre Wirkung auf andere besser einschätzen.
- Sie erleben Ihre Wirkung in der zwischenmenschlichen Interaktion und in der Gruppe.
- Sie entwickeln neue Denk- und Verhaltensweisen und probieren sie aus.
- Sie reflektieren das Spannungsfeld des authentischen eigenen ICH und der Veränderungsabsicht.
- Sie können in Konflikt- und Stresssituationen erfolgreicher und flexibler reagieren und dadurch Ihre eigenen Ziele wirkungsvoll unterstützen.
- Sie können Ihre Potenziale besser entfalten und einbringen.



5.3 Mehr Kraft in Veränderungsprozessen - oder: Wie führe und motiviere ich mich selbst?

Zielgruppe

Alle die Bereitschaft zur Selbstreflexion und die Motivation, mit und an sich selbst zu arbeiten.

Die Welt verändert sich immer schneller, sie müssen sich ebenfalls anpassen – fachlich, emotional und persönlich und Stabilität ist nicht in Sicht. Um sich selbst besser durch den stetigen Wandel zu führen, hilft es, die eigenen Stärken und Herausforderungen zu kennen, um daraus Wege zu mehr persönlicher Stabilität abzuleiten.

Seminarbeschreibung:

Zentrales Thema ist die Selbstführung in Veränderungssituationen. Um dauerhaft stabil und motiviert zu bleiben liegt unser Fokus auf dem persönlichen Motivprofil, mit dessen Hilfe wir individuelle Handlungs- und Haltungsoptionen entwickeln.

Mögliche Inhalte:

- Motivtypen, das eigene Motivprofil und Phasen der Veränderung:
„Wer bin ich und wenn ja – wie viele?“ - Stärken und Herausforderungen der Motivtypen im Change
 - Selbstreflexion zu Motivtypen und persönlichen Herausforderungen
 - Curve of Change: Was passiert mit mir und was brauche ich wann von wem?
- Lernen bewusst gestalten und persönliche Stressmuster überwinden:
 - Lernen - Flexibles Denken – (agiles) Mindset: Unterstützung für's Gehirn im Change
 - Motivtypischer Umgang mit Veränderungsstress – Eigene Muster erkennen und Lösungen und Handlungsoptionen erarbeiten

Ziel:

- Sie kennen ihre Stärken und Herausforderungen und wissen, wie Sie motivspezifisch noch besser mit Veränderungssituationen umgehen.
- Sie kennen die Phasen, die wir typischerweise in Veränderungsprozessen durchlaufen und können sich gezielt selbst steuern und Unterstützung holen.
- Sie wissen, wie Sie erfolgreich auf geistiger und emotionaler Ebene Lernprozesse ermöglichen und fördern und kennen Ihre motivspezifische Lernstrategie.



5.4 Motivation

Zielgruppe

Die Veranstaltung wendet sich an Menschen, die an ihrer Grundeinstellung, ihrer Inspiration, ihren Zielen – an ihrem inneren „Schweinehund“ arbeiten möchten.

Seminarziele

Motivation ist die Grundvoraussetzung für erfolgreiches Handeln. Sich selbst und andere zu motivieren steht in diesem Seminar im Vordergrund. Sie erhalten wichtige Erkenntnisse über Motivations- und Erfolgsstrategien.

Mögliche Inhalte:

- Stärkung der positiven Motivation
- Die optimistische Grundeinstellung
- Aktivierung der Kräfte des Unterbewusstseins
- Die eigenen Grenzen überschreiten
- Belohnen Sie sich selbst und andere
- Das HIER UND JETZT-Prinzip
- Ändern Sie Ihre Vorgehensweise
- Die Meilensteine
- Ängste in positive Energien umwandeln
- Selbstbewusstsein und Mut
- Positive Affirmation
- Entspannungstechniken
- Die wichtigsten Visualisierungstechniken



5.5 Selbstsicheres-Auftreten und Persönlichkeitsmanagement

Zielgruppe:

Das Seminar wendet sich an alle Menschen die an ihrer Selbstsicherheit (weiter) arbeiten möchten.

Mögliche Inhalte:

- Die fünf Regeln der Selbstsicherheit
- Selbstsicherheit und soziale Sensibilität
- Wie erlange ich eine innere Sicherheit?
- Woran erkennt man im Verhalten Selbstsicherheit?
- Wie bewirke ich bei meinem Gesprächspartner eine positive Resonanz?
- Körpersprache und Selbstsicherheit
- Wie erhöhe ich meine Akzeptanz?
- Wie steigere ich durch meine Selbstsicherheit meine Überzeugungskraft?
- Praktische Übungen zur Steigerung der Selbstsicherheit
- Wann wird Selbstsicherheit zu störender Überheblichkeit?
- Wie steigere ich mein Einfühlungsvermögen?
- Wie löse ich beim Gesprächspartner positive Gefühle aus?
- Was versteht man unter selbstbewusster Zurückhaltung?

Ziele:

Sicherheit im Auftreten ist in vielfältigen Situationen von Vorteil. Die Teilnehmer werden mit den Prinzipien der Selbstsicherheit vertraut gemacht und sind anschließend in der Lage, selbstbewusst und mit Sensibilität ihren Gesprächspartnern entgegenzutreten.