

Entscheidungen treffen – Entscheidungen umsetzen

Erfolgreiche Strategien und Methoden des Selbstmanagements

Bildungsurlaub

Die Entscheidungen, die wir treffen, egal ob im Beruf oder im Alltag, bestimmen, was für ein Leben wir führen. Und: Wer sein Leben selbstbestimmt gestalten will, muss Entscheidungen fällen, Entscheidungskompetenz besitzen. Es lohnt sich also, sich mit den eigenen Entscheidungsstrategien für berufliche Fragen auseinanderzusetzen und diese gegebenenfalls zu verändern. Dabei ist es sinnvoll, ganzheitlich vorzugehen und Entscheidungen mit Kopf und Herz, mit Verstand und Bauchgefühl zu treffen.

Während des Seminars analysieren Sie Ihr Entscheidungsverhalten im Beruf, Sie erkennen hilfreiche und ungünstige Entscheidungsmuster und stellen für Sie nützliche Entscheidungsregeln auf. Sie erfahren, wie Sie „Entscheidungsfesseln“ identifizieren und lösen, und wie Sie schwierige, komplexe Entscheidungen sicherer und besser treffen und Ihre persönliche Handlungskompetenz im Berufsleben vergrößern. Sie entwickeln Strategien, Entscheidungen vorausschauend vorzubereiten und erfolgreich umzusetzen, selbst gegen starke Widerstände.

Zur Unterstützung Ihrer Selbststeuerung helfen Ihnen Informationen über den Entscheidungsprozess aus neurobiologischer Sicht, um kluge Entscheidungen durch Koordination von bewusster Verstandestätigkeit und emotionalem Erfahrungsgedächtnis zu treffen. Zudem entwickeln Sie ein motivierendes Motto, das Sie beim Treffen und Umsetzen von Entscheidungen im Berufsleben unterstützt.

Seminarziele

- Entscheidungskompetenz aufgrund der Klarheit eigener Stärken und Entwicklungsmöglichkeiten
- Handlungskompetenz stärken, Repertoire für erfolgreiches Vorbereiten und Umsetzen von Entscheidungen erweitern
- Selbststeuerung: Bewusstsein über das emotionale Erfahrungsgedächtnis und selbstwirksame Entscheidungen für das Berufsleben treffen
- Entscheidungsfähigkeit erweitern und Selbstmanagementkompetenz stärken

Seminar Nr.:	805223
Termin:	10.09. – 15.09.2023 Sonntag 18:00 Uhr bis Freitag 13:30 Uhr
Ort:	St. Peter-Ording
Preise:	615,00,- € (inkl. Ü/VP) EZ-Zuschlag: s. S. 2 715,00,- € für Einrichtungen/ /Firmen
Dozentin:	Monika Leitze-Fink Monika Leitze-Fink (Jhrg. 1954), Dipl. Ökotrophologin, Bildungsreferentin, Trainerin und Coach. Ausbildungen u.a. als NLP-Master und NLP-Trainerin (DVNLP), als Business Coach und Integrativer Coach. Sie ist seit 1980 in der Erwachsenenbildung tätig und unterstützt Einzelne und Gruppen bei der beruflichen und persönlichen Neuorientierung, beim Erreichen eigener Ziele und beim Gewinnen von (noch) mehr Lebensqualität. Ihr Motto: „Lösungen lauern überall“.
Teilnehmer*innenzahl:	10 – 16
Leistungen:	Durchführung des Seminars, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherungen

Die Dozentin
Monika Leitze-Fink



Seminarinhalte

- Zur Verbesserung der Selbststeuerung:
- Individuelle Erfahrungen mit beruflichen Entscheidungen (Best Practice-Beispiele, Fehlentscheidungen, Schwierigkeiten)
- Individuelle Themenspeicher für beruflich anstehende Entscheidungen; Grundlegende Lebensentscheidungen
- Analyse des Entscheidungsverhaltens, Erkennen von Entscheidungsmustern, Aufstellen individueller Entscheidungsregeln
- „Entscheidungsfesseln“ identifizieren und lösen; Techniken zur Reduktion von Entscheidungsunsicherheit
- Zur Verbesserung der Handlungskompetenz:
 - Tipps, Kniffe, Methoden und Strategien für Entscheidungen in verschiedenen Situationen
 - Entscheidungen vorbereiten, Szenarien durchspielen, Risikobewertung und Risikomanagement
- Zur Verbesserung der Reflexivität:
 - Neurobiologische Grundlagen des Entscheidungsprozesses: Zusammenspiel von Verstandestätigkeit und Inhalten des emotionalen Erfahrungsgedächtnisses
 - Impulse aus dem emotionalen Erfahrungsgedächtnisses wahrnehmen: Somatische Marker-Training
- Zur Verbesserung der Entscheidungskompetenz:
 - Entscheidungen umsetzen: Entwickeln konkreter Pläne
 - Umgang mit Rückschlägen; Entscheidungen gegen Widerstände realisieren

Methoden

Impulsreferate, Einzel- und Gruppenarbeit, Arbeit mit Bildern, Übungen und Methoden aus dem NLP, dem lösungsfokussierten Coaching und dem Zürcher Ressourcenmodell.

Ziel ist es, für alle Methoden den Transfer in konkrete Arbeitssituationen zu gewährleisten, damit jede/r Teilnehmer/in eine neue Perspektive entwickeln kann! In kleinen Teams erhält jede/r Teilnehmer/in die Gelegenheit, die Techniken bezogen auf die individuelle berufliche Fragestellung einzuüben.

Arbeitsmethoden

Lehrgespräch, Plenumsdiskussionen, Gruppenarbeit, Einzelarbeit, Testverfahren, Entspannungsverfahren, systemische Coaching-Interventionen, Reflecting Team, Kollegiale Beratung, Moderation, Übungen.

Organisatorisches

Das Nordseeheil- und Schwefelbad St. Peter-Ording liegt an der Nordsee in Schleswig-Holstein. Dort befindet sich das Campushus nur 200 Meter von den Dünen und dem 12 km langen Sandstrand entfernt.

Link: www.campushus.de

Übernachtung/Verpflegung: Sie übernachten in hell und freundlich eingerichteten Einzel- oder Doppelzimmern. Die meisten Zimmer verfügen über ein eigenes Bad mit Dusche/WC.

Zuschläge:

Es stehen begrenzt Einzel- und Doppelzimmer mit DU/WC ohne Aufpreis zur Verfügung.

EZ mit DU/WC auf dem Flur: - 17,50 € insgesamt.

DZ mit DU/WC/TV als Einzelzimmer: 60,00 € insgesamt.



Anreise: St. Peter-Ording liegt rund 40 km nördlich von Heide direkt an der Nordsee.

Anreise mit der Bahn: Hamburg-Westerland/Sylt bis Husum, von dort stündlich mit der Regionalbahn (RB) nach St. Peter-Süd.

Anreise mit dem Auto: Ab Hamburg über die A23 bis Heide-West. Dann über Wesselburen Richtung St. Peter-Ording / Böhl.

Bitte nutzen Sie unseren Fahrgemeinschaft-Service.

Sonstiges

Weitere Informationen über Anfahrtsbeschreibung, Fahrgemeinschaftslisten etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn.

Wir empfehlen den Abschluss einer **Reise-Rücktrittsversicherung**.

Sicherheit: Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten.

Förderung

Verschiedene Bundesländer sowie der Bund übernehmen unter bestimmten Bedingungen einen Teil der Weiterbildungskosten. Nähere Informationen und Voraussetzung finden Sie unter <http://liw-ev.de> (Berufliche Kompetenz). Wir beraten Sie gerne.

Bildungsurlaub

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern **als Bildungsurlaub/ Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungs-fähig**. Bitte beachten Sie dazu unsere „**Mitteilung für den Arbeitgeber**“. Wenn Sie aus **Hessen** kommen, kann der Arbeitgeber ein Programm einfordern, in dem 20 % gesellschaftspolitischer Anteil ausgewiesen sind. Auf Anfrage lassen wir Ihnen diese Programm zukommen. Zur **Beantragung** des Seminars als Bildungsurlaub bei Ihrem **Arbeitgeber** reichen Sie die „Mitteilung für den Arbeitgeber“ ein. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub wenden Sie sich bitte an uns. Sie können auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.