

Entscheidungen treffen – Entscheidungen umsetzen

Erfolgreiche Strategien und Methoden des Selbstmanagements im Berufsalltag

Bildungsurlaub / Bildungszeit

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.: | 805224 |
| Termin: | 13.10. – 18.10.2024 Sonntag 18:00 Uhr bis Freitag 13:30 Uhr |
| Ort: | Boltenhagen |
| Preise: | 875,- € (inkl. Ü/VP) EZ-Zuschlag: 50,- € insgesamt 1075,- € 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



Ihr Nutzen

- Sie entwickeln Ihre (berufliche) Entscheidungsfähigkeit und Selbststeuerung.
- Sie analysieren Ihr persönliches Entscheidungsverhalten, erkennen Muster und erarbeiten individuelle Regeln für berufliche Entscheidungen
- Sie identifizieren und lösen „Entscheidungsfesseln“ im Berufsleben und erlernen Techniken zur Reduktion von Entscheidungsunsicherheit
- Sie steigern Ihre Handlungskompetenz durch
 - Tipps, Kniffe, Methoden und Strategien für Entscheidungen in verschiedenen Situationen
 - Vorbereitete Entscheidungen und Szenarien zu Risiko-Bewertung und -management
- Sie entwickeln Ihre berufliche Reflexivität durch
 - neurobiologische Grundlagen des Entscheidungsprozesses, insbesondere das Zusammenspiel von Verstandestätigkeit und Inhalten des emotionalen Erfahrungsgedächtnisses
 - das Schulen der Wahrnehmung von Impulsen aus dem emotionalen Erfahrungsgedächtnis

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.

Zu diesem Seminar bringen Sie bitte folgendes mit:

- Hausschuhe oder warme Socken
- Schreib- und Malutensilien
- wetterfeste Kleidung für Spaziergänge am Meer

Organisatorisches

Das Seminar findet im Hotel *Seeschlösschen* (www.ostseeperlen.de) statt (Bild unten). Das Haus liegt wunderschön direkt an der Strandpromenade des Ostseeheilbades Boltenhagen. Boltenhagen liegt ca. 50 Kilometer östlich von Lübeck an einem der schönsten Abschnitte der Ostseeküste. Alle Zimmer im Seminarhaus sind mit Dusche/WC ausgestattet. Im Preis inbegriffen ist die Unterbringung im DZ.

EZ-Zuschläge: Der EZ-Zuschlag beträgt 10,00 € pro Nacht. Sie werden im Haus voll versorgt.

Anreise: Mit dem Pkw: Auf der A20 bis zur Abfahrt Grevesmühlen, von hier fahren Sie ca. 20 km über Klütz nach Boltenhagen. Kalkulieren Sie von Hamburg eine Fahrzeit von ca. 90 Minuten. Bitte nutzen Sie unseren

Fahrgemeinschaft-Service. Mit der **Bahn** fahren Sie bis Wismar, von dort verkehren Busse.

Sonstiges

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

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

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern für Teilnehmer/innen aus bestimmten Berufsgruppen **als Bildungsurlaub/ Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungs-fähig**. Bitte beachten Sie dazu unsere **„Mitteilung für den Arbeitgeber“**. Auf Anfrage lassen wir Ihnen diesen gern zukommen. Zur **Beantragung** des Seminars als Bildungsurlaub/ Bildungszeit bei Ihrem **Arbeitgeber** reichen Sie die „Mitteilung für den Arbeitgeber“ ein. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub/ Bildungszeit wenden Sie sich bitte an uns. Sie können auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.

