

# Persönlichkeitsentwicklung & Selbstmanagement

## Persönlichkeitsentwicklung durch **punktgenaues** Lernen

- ✓ theoretisches Wissen
- ✓ praktische Techniken
- ✓ persönliche Selbsterfahrung

Wer Erfolg haben will, muss lernen sich selbst zu managen. Nur dann wird er den Platz in der Arbeitswelt finden, der seinen Fähigkeiten angemessen ist. Dabei gilt, dass Menschen nur dann wirklich erfolgreich sind, wenn sie die Dinge tun (können), die sie beherrschen, auf eine Weise, die ihnen liegt. Zentrale Fragen dabei sind: Was genau sind meine Stärken? Wie lerne ich? Welche Werte habe ich? Wie arbeite ich?

- Workshop mit einer Vielfalt von handlungs- und erlebnisorientierten Aktivitäten sowie intensiver Arbeit an der eigenen Person, dem eigenen Handeln und Verhalten.
- Nutzen Sie die auf der Folgeseite angeführten Lernziele und Lerninhalte als Beispiel, Ideengeber und Ausgangspunkt für die Gestaltung Ihres unternehmensindividuellen Trainings.
- Selbstverständlich entwickeln wir gemeinsam mit Ihnen eine maßgeschneidertes Programm für die besonderen Entwicklungsbedürfnisse Ihres Unternehmens und Ihrer Mitarbeiter.

## Lernziele

- ✓ Sie verfügen über das Basiswissen für unterschiedliche Themen und Fragestellungen des Selbstmanagements und können dieses erläutern
  - Worin liegen meine Stärken?
  - Wie lerne ich?
  - Wie arbeite ich?
  - Welche Wertvorstellungen habe ich?
  - Meta-Programme
- ✓ Sie erkennen die persönlichen Stärken und Schwächen und nutzen diese für potenzielle Entwicklungsmöglichkeiten
- ✓ Sie erkennen den persönlichen Lernstil und nutzen diesen für potenzielle Entwicklungsmöglichkeiten
- ✓ Sie erkennen den persönlichen Arbeitsstil und nutzen diesen für potenzielle Entwicklungsmöglichkeiten
- ✓ Sie setzen erprobte Möglichkeiten ein, um die persönliche Arbeitsorganisation zu verbessern
- ✓ Sie erkennen die persönlichen Werte und nutzen diese für potenzielle Entwicklungsmöglichkeiten
- ✓ Sie erkennen die Wirkung und Bedeutung der persönlichen Meta-Programme und nutzen diese für potenzielle Entwicklungsmöglichkeiten

## Lerninhalte

- Die Kunst sich selbst zu managen
  - Entwicklungsstrategien mit dem Persönlichkeitsprofil
- Worin liegen meine Stärken?
  - Stärken-Schwächen-Analyse
  - Mein Persönlichkeitsprofil
  - Analyse des beruflichen Werdegangs
  - Feedback-Analyse
  - Stärken als Ressourcen - Schwächen als Ziele
- Wie lerne ich?
  - Der persönliche Lernstil
  - Lernpyramide: Wissen-Können-Anwenden-Bewirken
  - Lernzyklus: Reflexion-Verbinden-Entscheiden-Handeln
- Wie arbeite ich? - Arbeitsorganisation
  - Die persönliche Arbeitsweise
  - Aufgaben strukturieren
  - Aufgaben angehen
  - Nein sagen lernen
  - Aufgaben delegieren
  - Papierarbeit rationalisieren
  - Informationsmanagement
- Welche Wertvorstellung habe ich?
  - Die persönliche Werte-Landkarte
  - Balance-Modell für das Selbstmanagement
  - Persönliche Werte und berufliche Ziele
- Meta-Programme
  - Das persönliche Weltbild/die mentale Landkarte
  - Die Filter der Wahrnehmung
  - Reflexion und Erkundung
  - Überzeugung – Wirklichkeit – Wahrheit