

**Autor: Veronika Langguth**

Persönlichkeit

## **Erfolg im Beruf**

### **Ein Selbstmanagementseminar für Frauen**

Ihr eigener Erfolg – und damit der Erfolg für Ihr Unternehmen – ist nicht selbstverständlich, sondern muss meist über ein gutes Selbstmanagement mehr oder weniger mühsam errungen werden. In diesem Seminar befassen wir uns mit Verhaltensweisen und Techniken für ein gelungenes Erfolgsmanagement.

#### **Inhalte**

- Welche Besonderheiten sind mit Ihrer weiblichen Rolle im Berufsleben verknüpft und was haben Sie den Männern voraus?
- Welche Anteile der emotionalen Intelligenz helfen Ihnen, sinnvoll mit anderen zu kooperieren?
- Wie begegnen Sie am effektivsten Unterdrückungsmechanismen oder offenen Angriffen?
- Sie lernen, sich den nötigen Respekt zu verschaffen und konstruktiv Macht einzusetzen.
- Sie erfahren, wie wichtig es ist, Ihre Erfolge auch gebührend zu würdigen.

#### **Ziele**

- Sie werden sich über Einzel- und Partnerübungen (Erfahrungsaustausch!) bewusster über Ihr Verhältnis zum eigenen Erfolg im Beruf
- Sie erhalten Impulse zum Aufstellen eines persönlichen Erfolgsprofils für die Umsetzung von Erfolgsmanagement – Techniken, Tipps und Erkenntnisse

#### **Ihr Nutzen**

für Sie und Ihr Unternehmen: Informationen, Tipps und Erfolgsmanagement-Techniken zum sofortigen Umsetzen in Ihren Arbeitsalltag

#### **Methoden**

Lehrgespräche, Diskussion, Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Rollenspiele, mentale Techniken, Atem- und Körperübungen

#### **Teilnehmerzahl**

max. 14

#### **Dauer:**

*Halbtags-Workshop bis 2-Tages-Seminar*