

Information zum Seminarangebot



BWU
BILDUNGSZENTRUM
DER WIRTSCHAFT
IM UNTERWESERGEBIET E.V.

Selbstbewusstes und souveränes Verhalten im Arbeitsalltag am 05. März 2012

Seminarziel

Häufig werden Sie in eine Arbeitssituation, an einen neuen Arbeitsplatz oder mit neuen Vorgesetzten und Kollegen konfrontiert. Alles ist im Wandel - und doch benötigt man ein gutes Selbstbewusstsein, um mit diesen Herausforderungen umzugehen.

In diesem Seminar erfahren Sie, was Selbstbewusstsein für Sie heißen kann. Sie bekommen ein klareres Bild über Ihre Stärken und Ihre Außenwirkung. Sie lernen Vorgehensweisen, wie Sie diese positiv beeinflussen können und sich selber in schwierigen Situationen stärken.

Seminarinhalte

- ◆ Das eigene Selbstbild - die Freiheit der Sicht
- ◆ Wie Glaubenssätze in uns entstehen und wie man sie positiv nutzen kann
- ◆ Prinzipien und Werte, die einem wichtig sind, aktiv vertreten
- ◆ Motivation kommt durch einen selber - die Hilfen, die man sich selber geben kann
- ◆ Wie man mit seinen inneren Hürden umgehen kann
- ◆ Die Kunst, Veränderungen im Alltag zuzulassen
- ◆ Wie man seine Ziele und Ansichten erfolgreich umsetzen kann
- ◆ Rollenerwartungen von anderen kritisch hinterfragen und positiv beeinflussen
- ◆ Keine Angst vor „großen Tieren“ - wie man sein Selbstvertrauen aufbauen kann
- ◆ Wie man durch die Auflösung von Ärger und Frustration mehr persönliche Zufriedenheit erreicht
- ◆ Wie Sie durch starke Sprache stark und souverän wirken können

Dozentin:

Maren Grimsmann
freie Trainerin, Hamburg

Termin:

05. März 2012
von 09:00 bis 17:00 Uhr

Dauer:

1 Tag

Gebühr:

Die Teilnahmegebühr beträgt € 240,00 pro Person. Für Teilnehmer/innen aus Betrieben, die Mitgliedsverbänden des Bildungszentrums der Wirtschaft angehören, reduziert sich die Gebühr auf € 220,00.
Im Preis inbegriffen sind Seminarunterlagen und Tagungsgetränke.

Seminar-Kennziffer:

01.5.11

(Bei Anfragen, Anmeldungen und Einzahlungen bitte stets angeben!)

Anmeldung:

Bildungszentrum der Wirtschaft
im Unterwesergebiet e.V.

Telefon:
(0421) 36 325 – 21/ -13

e-mail:
seminar@bwu-bremen.de

Das BWU ist zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2008
§ 4 WBG des Landes Bremen

Veranstaltungsort:

Bildungszentrum der Wirtschaft im Unterwesergebiet e.V.
Schillerstr. 10, 4. Etage, 28195 Bremen