

Auszug aus den Inhalten

Alt tickt anders, Jung auch: Generationen verstehen

Verständnis und Respekt für unterschiedliche Erwartungen entwickeln

- Auseinandersetzung mit Generationenverständnis und Rollenbildern
- Erwartungen Ausbilder/ Kollegen und eigene Erwartungen

Raus aus der Deckung: Selbstbewusst statt selbstzweifelnd

Selbstvertrauen stärken, innere Haltung entwickeln

- Eigene Bedürfnisse, Ziele, Stärken erkennen
- Haltung und Handlungsweisen für persönliche Entwicklung

Verstehen statt vorbeireden: Kommunikation, die ankommt

Kommunikationskompetenz erweitern und Missver- ständnissen vorbeugen

- Körpersprache
- Kommunikation mit verschiedenen Gesprächspartnern
- Formulierungen und Fragetechniken

Der erste Eindruck zählt: Professionell auftreten analog & digital

Sicheres Auftreten und angemessene Umgangs- formen

- Auftreten im beruflichen Kontext
- Umgang mit anderen Kulturen

Stress lass nach: So organisierst du dich selbst

Zeitmanagement und Selbstorganisation verbessern

- Ziele setzen und erreichen
- Strukturiertes Arbeiten
- Techniken zur Selbstorganisation

Die geheime Superkraft: Resilienz aufbauen und bewahren

Mentale Stärke entwickeln. Belastungen & Veränderungen meistern

- Umgang mit Druck und Veränderung
- Achtsamer Umgang mit mentaler und körperlicher Gesundheit
- Widerstandskraft stärken

Wann sag' ich was? Kommunikation mit Kunden & Kollegen

Souveränes Kommunizieren mit unterschiedlichen Partnern

- Guter Kommunikationsstil im verbalen und schriftlichen Kontakt
- Situationsgerechte Sprache
- Das Unternehmen repräsentieren

Heute lernen, was morgen zählt: Future Skills entdecken

Zukunftskompetenzen verstehen und gezielt entwickeln

- Agile Arbeitsmethoden
- Flexibilität und Anpassungsfähigkeit
- Lebenslanges Lernen

Just do it! Den Chancenblick schulen

Unternehmerisches Denken und Eigenverantwortung fördern

- Beitrag zum Unternehmenserfolg verstehen
- Projekte und Verbesserungen initiieren
- Verantwortung übernehmen und teilen

Netzwerk statt Einzelkampf: Kontakte, die tragen

Beziehungsmanagement und Networking-Kompetenz stärken

- Effektive Zusammenarbeit im Team und darüber hinaus
- Beziehungen aufbauen und pflegen
- Ideen umsetzen mit Hilfe des Netzwerks