

**Seminartitel**

Go for it - Die Entwicklung eines individuellen Karriereplans (BH19105)

**Termin**

Mo, den 24.06.2019 bis Mi, den 26.06.2019

**Veranstaltungsort**

Bildungsherberge der Studierendenschaft der FernUniversität Hagen

**Kursgebühr 119,- Euro****Leitung**

Kathrin Warweg (Leadership Development Trainer und Coach)

**Zielgruppe**

Das Seminar richtet sich insbesondere an Studierende der Fernuniversität Hagen, Studierende sowie alle Interessenten, die ihre Karriere gezielt aufbauen und ihren Traumberuf verwirklichen möchten. Es ist ebenso jenen empfohlen, die sich auf einen bestimmten Karriereschritt vorbereiten wollen. Es leitet Sie dazu an, einen auf Ihre Persönlichkeit abgestimmten Plan zu entwerfen, mit dem Sie Schritt für Schritt Ihren Zielen näherkommen. Dazu werden die eigenen Ziele, Werte und Bedürfnisse identifiziert und definiert, Wege zur Umsetzung erarbeitet, der hilfreiche Umgang mit Hindernissen besprochen und ein persönlicher und realisierbarer Karriereplan entwickelt. So können die eigenen Lebensvorstellungen tatkräftig umgesetzt werden.

**Lernziele**

- die eigenen Ziele, Werte und Bedürfnisse identifizieren und definieren
- Strategien zur Zielerreichung kennenlernen
- die Konflikttoleranz erhöhen
- einen individuellen und realisierbaren Karriereplan entwickeln
- die eigene Zielbewusstheit stärken

**Materialien**

Bitte bringen Sie folgende Materialien zum Seminar mit:

- bunte Stifte, 1-2 Lieblingsbücher, 1-2 Lieblings-DVDs

## Programmablauf

**Montag, 24.06.2019**

**Tagesprogrammdauer: 14.00 - 19.00 Uhr (6 UStd.)**

*14.00 – 15.30*

Inhalt: **Begrüßung, Kennenlernen und Erfolgsdefinitionen**

- Begrüßung,
- Vorstellungsrunde der Teilnehmer
- die etwas andere Vorstellungsrunde
- Erwartungen der TN an das Seminar
- Programmüberblick
- Einstieg ins Thema: was bedeutet Erfolg?

*15.30 – 15.45 Pause*

*15.45 – 17.15 Uhr*

Inhalt: **Grundprinzipien des Erfolgs**

*17.15 – 17.30 Pause*

*17.30 – 19.00 Uhr*

Inhalt: **Träume, Ziele, Wünsche – was will ich wirklich?**

- Übungen zur Zielfindung und Zieldefinition

**Dienstag, 25.06.2019**

**Tagesprogrammdauer: 8.00 – 17.30 Uhr (10 UStd.)**

*08.00 bis 09.30 Uhr*

Inhalt: **Ein Hoch auf die Einzigartigkeit**

- Vorbilder, Begabungen, Erfolge

*9.30 – 9.45 Pause*

*09:45 bis 11:15 Uhr*

Inhalt: **Erfolgsblockaden auflösen**

- Glaubenssätze identifizieren und umschreiben

*11.15 – 11.30 Pause*

*11.30 bis 13.00 Uhr*

Inhalt: **Was ist es mir wert?**

- Werte und Bedürfnisse integrieren

- Energiebilanz beachten

13.00 – 14.00 Mittagspause

*14.00 – 15.30 Uhr*

Inhalt: **Fähigkeiten aufbauen**

- Meditation
- Zielanalyse

15.30 – 16.00 Pause

*16.00 – 17.30 Uhr*

Inhalt: **Planungstreffen**

- Wege zur Zielverwirklichung
- Fremdeinschätzung

**Mittwoch, 26.06.2019**

**Tagesprogrammdauer: 8.30 – 13.30 (6 UStd.)**

*8.30 bis 10.00 Uhr*

Inhalt: **Mein Karriereplan**

- Meditation
- Zusammenführung aller Ausarbeitungen und Einsichten
- Erarbeitung einer Schritt-für-Schritt-Anleitung zum Aufbau der eigenen Karriere

*10.00 – 10.15 Pause*

*10.15 bis 11.45 Uhr*

Inhalt: **Praktische Anwendung**

- Informationen zur praktischen Anwendung eines Karriereplans
- Risk Management
- Unterstützung und Teamarbeit

*11.45 bis 12:00 Uhr Pause*

*12.00 bis 13.30 Uhr*

Inhalt: **Auswertung**

- Evaluation
- Auswertungsrunde
- Verabschiedung