

Seminartitel

Go for it - Die Entwicklung eines individuellen Karriereplans (BH19115)

Termin

Mi, den 16.10.2019 bis Fr, den 18.10.2019

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

Mittwoch, 16.10.2019

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

Donnerstag, 17.10.2019

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

Freitag, 18.10.2019

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