

# Selbstmanagement und Persönlichkeitsentwicklung

## KURZINFORMATION

### Mit dem DISG® - Persönlichkeits-Modell zum Erfolg

Das Geheimnis für den persönlichen und beruflichen Erfolg liegt darin, sich und andere besser zu verstehen und zu erkennen, wie das eigene Verhalten jenes anderen Menschen beeinflusst. Jeder Mensch ist ein Individuum mit unterschiedlichen Talenten. Bei diesem persönlichen Erfolgstraining lernen Sie Stärken und Schwächen zu erkennen und daran zu arbeiten. Sie lernen sich selbst und auch die Menschen Ihrer Umgebung besser kennen und können damit die Effektivität Ihrer Kommunikation um ein Vielfaches verbessern, Missverständnisse vermeiden, eine ausgeglichene Stimmung schaffen und Ihre Selbstsicherheit steigern. Sie bekommen Einblick in Ihre Möglichkeiten und Grenzen und dadurch erfahren Sie, wie Sie in Zukunft Ihre Erfolge steigern und Misserfolge vermeiden.

Erfolgreiche Menschen kennen Ihre Stärken und Ihre Verhaltenstendenzen im Umgang mit anderen und schaffen so eine wesentliche Voraussetzung für größeren beruflichen und persönlichen Fortschritt. Lernen Sie in nur wenigen Stunden sich und Ihre Situation besser kennen und entwickeln Sie daraus Ihren persönlichen Erfolgsplan.

Im Berufsalltag wie im Privatleben gilt es heute vermehrt, psychische Barrieren zu überwinden, um den steigenden Anforderungen an die eigene Person gerecht zu werden. Dabei kommt es immer wieder zu Konflikten zwischen den äußeren Erwartungen an den „inneren Mitarbeiter“ und den individuellen Vorstellungen von einem erfüllten und zufriedenen Leben. Zur Bewältigung dieser inneren Konflikte und zur effektiven Steuerung bedarf es einer ausgeprägten Selbstführungskompetenz. Sie können Ihre eigenen psychischen Ressourcen und Potenziale bewusst und zielgerecht steuern, Eigenmotivation und Willensstärke aufbauen und äußere Hemmnisse überwinden.

### SEMINARTHEMEN:

- Grundlagen unseres Verhaltens
- Einführung in das DISG Persönlichkeitsmodell
- Erstellen des eigenen Persönlichkeitsprofils
- Optimieren der eigenen Verhaltensgewohnheiten
- Das Verhalten anderer verstehen lernen

#### SEMINARTHEMEN:

- Konstruktives Denken
- Angemessenes Handeln
- Handlungsplanung
- Zeitplanung
- Unterschiede und Konfliktpotenziale im Verhalten erkennen
- Erfolgreiche Strategie für Umgang mit anderen entwickeln
- Willenssteuerung
- Intrinsische Motivation
- Zielsetzung
- Gefühlssteuerung
- Effektives Verhalten
- Umfeldgestaltung
- Stressbewältigung
- Selbstmanagement
- Eigenmotivation

#### SEMINARMETHODE:

- Praktische Übungen
- Reflexion
- Teilnehmer-Feedback
- Trainer-Feedback
- Learning by doing
- Gruppenarbeiten und Einzelarbeiten
- Rollenspiele

Sie lernen durch bewusste und zielgerichtete Veränderungen dauerhafte und neue Verhaltensweisen, die Sie dabei unterstützen Ihr Leben durch Eigeninitiative nachhaltig und wirkungsvoll zu gestalten.

Um Ihnen den größtmöglichen Nutzen aus unseren Seminaren bieten zu können,  
ersuchen wir Sie, von der Möglichkeit einer kostenlosen und unverbindlichen  
Seminarvorbereitung Gebrauch zu machen.  
Ihr Seminarberater ist gerne für Sie da!

Das DISG®-Persönlichkeits- Profil wurde von dem Psychologen William Marston und von John Geier, Professor für Verhaltenspsychologie, entwickelt.



SEMINARINSTITUT

Tel.: 01-512 78 61 Fax: 01-512 49 25  
e-mail: office@ihe.at Internet: www.ihes.at  
A·H·E Hönn & Graßl O·E·G 1010 Wien, Walfischgasse 9



SEMINARINSTITUT