

# Personal-Change Management

## KURZINFORMATION

Erfolg ist die zunehmende Verwirklichung eines erstrebenswerten Zieles. Ihr Erfolg hängt davon ab, wie Sie ihre Kräfte und Ressourcen einsetzen, um Ihre Ziele zu erreichen.

Die entsprechende Strategie wird Ihnen dieses Seminar vermitteln.

- SEMINARZIELE:
- \* Selbststeuerung und Unabhängigkeit
  - \* Erkennen von grundlegenden Fehlern im Umgang mit anderen Menschen
  - \* Souveräner Umgang mit Mitarbeitern und Kunden
  - \* Früherkennung von Krisen - zeitgerechter Einsatz von Bewältigungsstrategien
  - \* Lösen von Entwicklungsblockaden
  - \* Nutzen des eigenen Potentials
  - \* Ärgernisse ausschalten
  - \* Optimierung der Konzentrationsfähigkeit
  - \* Steigerung der Gedächtnisleistung

- SEMINARMETHODE:
- \* Transaktionsanalyse
  - \* Visualisierungstechniken
  - \* Gruppen und Einzelreflexion
  - \* Rollenspiele
  - \* Entspannungstechniken
  - \* Problemtransformierung

- SEMINARINHALTE:
- \* Ganzheitliches Modell der Persönlichkeitsentwicklung
  - \* Change Management
  - \* „work life balance“  
in den unterschiedlichsten Lebensphasen
  - \* Entwickeln von Bewältigungsstrategien
  - \* Umgang mit Stress & Krisen
  - \* Umgang mit persönlichen Mustern
  - \* Persönliche Standortbestimmung
  - \* Persönliche Erfolgsplanung und Erfolgskontrolle

Um Ihnen den größtmöglichen Nutzen aus unseren Seminaren bieten zu können,  
ersuchen wir Sie, von der Möglichkeit einer kostenlosen und unverbindlichen  
Seminarvorbesprechung Gebrauch zu machen.

Ihr Seminarberater ist gerne für Sie da!



SEMINARINSTITUT

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



SEMINARINSTITUT