



Soft Skill Training

Selbstmanagement **LEARN** Workshop

Arctica – Die Schatzjagd

Auf einen Blick

Die Digitalisierung verändert den Unterricht. Studierende und Lernende brauchen neue Skills.

Menschen mit Selbstmanagement-Kompetenzen organisieren sich und ihre Arbeiten effektiv. Besonders für das Homeschooling ist Selbstmanagement der Erfolgsfaktor

Aussagen von Menschen mit effektivem Selbstmanagement:

- Ich setze messbare und erreichbare Ziele
- Ich setze Prioritäten richtig
- Ich optimiere meine Zeit
- Ich arbeite fokussiert
- Ich vermeide Multitasking
- Ich nutze den Flow für meine Arbeit
- Ich bin motiviert

Mit dem physischen Brettspiel Arctica: Die Schatzjagd suchen die Spielenden nach verschollenen Schätzen. Auf dieser Jagd trainieren sie gezielt ihr Selbstmanagement.

Das Spiel ist so aufgebaut, dass die relevanten Aspekte für diesen Kompetenz gefördert werden.

Das Spiel liefert den nötigen Aha-Effekt und sensibilisiert die Teilnehmenden.

Das Spiel



Organisatorisches

- Teilnehmerzahl von 4 – 24 (mehr oder weniger auf Anfrage)
- Impulsworkshop: 2-2.5 Stunden
- Preis auf Anfrage
- Datum auf Anfrage
- Ort nach Wunsch

Lerninhalte

Das Selbstmanagement verinnerlichen, um die Aus- oder Weiterbildung erfolgreich abzuschliessen. Themen sind:

- Effektives Zeitmanagement
- Nachhaltiges Zielmanagement
- Den Flow-Zustand nutzen können
- Fokus und Konzentration bei der Arbeit
- Selbstmotivation anwenden

Soft Skills

