



Soft Skill Training

SELBSTMANAGEMENT Workshop

Arctica – Die Schatzjagd

Auf einen Blick

Durch die Digitalisierung wird die Arbeitswelt schneller, anspruchsvoller und unübersichtlicher.

Neue Skills sind gefragt.

Menschen mit Selbstmanagement-Kompetenzen organisieren sich und ihre Arbeit effektiv. Besonders im Homeoffice ist Selbstmanagement essentiell für die effektive Arbeitsweise.

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 – 16 (mehr oder weniger auf Anfrage)
- Impulsworkshop: 2-2.5 Stunden
- Fokusworkshop: halber Tag
- Preis auf Anfrage
- Datum auf Anfrage
- Ort nach Wunsch

Lerninhalte

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

Soft Skills

