

## Veranstaltungskalender

Image not found or type unknown



---

## Persönliches Energiemanagement

---

<b>Termin:</b>	10.11.2021 bis 11.11.2021
<b>Zeit:</b>	08:30 bis 16:30 Uhr
<b>Ort:</b>	IHK-Zentrum für Weiterbildung Schloßplatz 5 a, 96450 Coburg
<b>Art:</b>	Seminare

---

**Nutzen / Ziel:** **Umgang mit der eigenen Energie - Gehen Sie Ihren Energiefaktoren auf den Grund und erkennen Sie, was Ihr Handeln antreibt**

Das Leben ist nicht statisch. Im Laufe unserer Entwicklung verändert sich unsere Energie-Dynamik immer wieder. Durch innere und äußere Einflüsse geraten bereits aktivierte Energie-Faktoren in den Hintergrund, neue Faktoren werden aktiviert und gewinnen an Bedeutung. Diese Veränderung ist notwendig: Sie versetzt uns dazu in die Lage, die Herausforderungen unserer aktuellen Lebenssituation zu bewältigen. Ist genau das nicht mehr möglich – reichen unsere vorhandenen Bewältigungsstrategien nicht mehr aus, den Anforderungen unserer Situation gerecht zu werden – wird der Wandel zu einem anderen Energiefaktor wahrscheinlich. Dazu ist es nötig die eigenen Energie-Lieferanten und die Energie-Räuber gut zu kennen.

**Nutzen:**

Die Teilnehmer setzen sich durch einen intensiven Reflexionsprozess mit Ihren persönlichen und organisationellen Energiestrukturen auseinander. Der Fokus liegt auf dem beruflichen Kontext. Wenn die Teilnehmer ihre eigenen Energiestrukturen verstehen, sind sie in der Lage, ihre Erkenntnisse auch auf den privaten Bereich zu übertragen

**Beschreibung:** Inhalte:

- Einblick in die eigene Energiestruktur – was treibt mich an – wo sind Energieräuber
- Inneren Spannungen auf den Grund gehen
- Zusammenarbeit mit anderen optimieren und Reibungsverluste minimieren
- Konfliktpotential erkennen und frühzeitig entgegenwirken
- Veränderungen souverän initiieren und erfolgreich meistern
- Innere Widerstände und Blockaden auf dem Weg zur Weiterentwicklung überwinden
- individueller Aktionsplan

**Zielgruppe(n):** Fach- und Führungskräfte

---

<b>Abschluss:</b>	IHK-Teilnahmebescheinigung
<b>Kosten:</b>	390,00 €
<b>Referent:</b>	Ulrike Schmelcher, Personal- Team- Persönlichkeitsentwicklung, Lautertal

**Kontaktperson:** **Doris Köhler**  
doris.koehler@coburg.ihk.de  
09561/7426-23

**Anmeldeschluss:** 03.11.2021