

„Fit in der Ausbildung/im BA-Studium“

1. Seminar: „Kick-Off Veranstaltung zum Ausbildungsstart“

Zielgruppe: Auszubildende, Studenten

Seminarziele:

Eine exzellente Ausbildung ist der Grundstein dafür, dass aus beruflichen Anfängern professionelle Könnern werden. Die Auszubildenden sollen sich nicht nur in ihrer Berufsfähigkeit entwickeln, sondern richtig in unternehmerische Aufgaben hineinwachsen. Dazu gehört neben der fachlichen Wissensvermittlung auch die Förderung von methodischen und sozialen Kompetenzen.

Seminarinhalte:

- Ausbildungsbasics: Umgangsformen und Verhaltenswerte im Unternehmen
- Kommunikation im Unternehmen – Wie treffe ich die richtige Wortwahl?
- Sicher durch den Ausbildungsalltag – Organisatorische Standards im Unternehmen erkennen und einhalten
 - Berichtshefte und Ausbildungsnachweise
 - Rechte und Pflichten des Azubis
 - Planung von Abwesenheit und Urlaub
 - Zeiterfassung
 - Krankmeldung
- Der Kleidungs-Knigge – Welches Erscheinungsbild wird von mir erwartet?
- Respektvolles und richtiges Auftreten gegenüber Kollegen und Vorgesetzten
- Wie funktioniert ein gutes Team und was kann ich selbst leisten?
- Handy und Social Media – Was ist gewünscht und was nicht?
- Dont's am Arbeitsplatz – Welche Fettnäpfchen sollten vermieden werden?

Ihr Nutzen:

Sie verbessern ihre sozialen Kompetenzen und lernen sicher und souverän im Unternehmen zu agieren. Es fällt Ihnen in Zukunft leichter, andere besser einzuordnen und adäquat auf Sie einzugehen.

Termin: **13.08.2020**

Trainer: **Marion Stampf**

Kosten: **115,00 Euro zzgl. gesetzl. MwSt. pro Teilnehmer**

Anmeldeschluss: **27.07.2020**

„Fit in der Ausbildung/im BA-Studium“

2. Seminar:

„Persönlichkeit und soziale Kompetenzen im Unternehmen“

Zielgruppe: Auszubildende, Studenten

Seminarziele:

Die Teilnehmer lernen, die Grundlagen über die DISG Einteilung in Persönlichkeitstypen und wie sie diese erkennen, um im Arbeitskontext besser auf ihre Kollegen einzugehen und die eigene Fremdwahrnehmung besser einschätzen zu können. Ein Überblick über grundlegende Reaktions- und Verhaltensweisen im Bezug zu Werten und Einstellungen für eine bessere Wahrnehmung von sozialen Interaktionen im Kontext des Unternehmens

Seminarinhalte:

- Voraussetzungen für den erfolgreichen Umgang mit Kollegen
- Einfluss der persönlichen Werte und Einstellungen auf das Verhalten
- DISG Persönlichkeitsprofile und typische Verhaltensmuster
- Softskills für den erfolgreichereren Umgang miteinander
- Rechte und Pflichten als Azubi
- Respektvoll Feedback geben
- Physische und psychische Einstellung auf den 8 Stunden Tag
- Umstellung von Schule auf Arbeitsalltag – Umgang mit Veränderung
- Arbeitstag 4.0 – Einstellung zur Arbeit

Ihr Nutzen:

Sie verbessern ihre sozialen Kompetenzen und lernen sicher und souverän im Unternehmen zu agieren. Es fällt Ihnen in Zukunft leichter andere besser einzuordnen und adäquat auf Sie einzugehen.

Termin: 20.10.2020

Trainer: Marion Stampf

Kosten: 115,00 Euro zzgl. gesetzl. MwSt. pro Teilnehmer

Anmeldeschluss: 01.10.2020

„Fit in der Ausbildung/im BA-Studium“

3. Seminar: „Zeit- & Lernmanagement“

Zielgruppe: Auszubildende, Studenten

Seminarziele:

Die Teilnehmer lernen, wie sie effizienter und stressfreier arbeiten und mehr Zeit für das Wesentliche gewinnen, indem sie Wichtiges von Unwichtigem unterscheiden.

Sie lernen, wie sie sich selbst besser organisieren und dadurch auch mit anderen Mitarbeitern besser arbeiten können.

Ziel ist es, die Effektivität und Effizienz der eigenen Arbeits- und Lernprozesse zu erhöhen und eigene Erfolgsstrategien zu verwirklichen. Gelerntes wird langfristig nutzbar gemacht.

Seminarinhalte:

- Voraussetzungen für ein erfolgreiches Zeitmanagement
- Einfluss der persönlichen Zeitwahrnehmung, Werte und Einstellungen auf mein Arbeitsverhalten
- Persönliche Ziele identifizieren und umsetzen
- Techniken der Prioritätensetzung erlernen und anwenden können
- Durch systematische Planung die Zeit im Griff haben
- Richtiger Umgang mit Störungen und Zeitdieben
- Informationsmanagement & Wissensmanagement – Wie gehe ich mit der Flut an Informationen besser um und behalte diese?
- Arbeitsplatzorganisation – Welche Hilfsmittel gibt es eine Struktur im Arbeitsbereich zu schaffen?

Ihr Nutzen:

Sie schaffen die Voraussetzung, effizienter und gesünder zu arbeiten und erfolgreicher zu lernen und das Gelernte länger zu behalten.

Termin: **21.10.2020**

Trainer: **Marion Stampf**

Kosten: **115,00 Euro zzgl. gesetzl. MwSt. pro Teilnehmer**

Anmeldeschluss: **01.10.2020**

„Fit in der Ausbildung/im BA-Studium“

4. Seminar: „Kommunikationstechniken 4.0“

Zielgruppe: Auszubildende, Studenten

Seminarziele:

Unsere Arbeitswelt ist in einem stetigen Wandel ebenso wie die Möglichkeiten der Kommunikation. Die Teilnehmer lernen in diesem Seminar wie sie sich den aktuellen Herausforderungen verschiedener Kommunikationsmittel und-techniken erfolgreich stellen können. Sie lernen die verschiedenen Kommunikationstypen kennen und trainieren den richtigen Umgang mit diesen.

Seminarinhalte:

- Kommunikationsgrundlagen
- Die Bedeutung der Körpersprache am Telefon
- Die Gesprächsvorbereitung – die innere Einstellung und die mentale Vorbereitung
- Das Gesprächsziel: Was soll erreicht werden?
- Techniken und Strategien für erfolgreiche Gespräche
- Wer fragt, der führt: die richtigen Fragen stellen
- Zuhören lernen: die Technik des aktiven Zuhörens
- Reflexion und Analyse von Gesprächen mit Vorgesetzten und Kollegen
- Das eigene Verhalten steuern
- Der richtige Einsatz verschiedener Kommunikationsmittel
- Das persönliche Gespräch, das Telefonat, der E-Mail-Austausch

Ihr Nutzen:

Die Teilnehmer verbessern ihre sozialen Kompetenzen und lernen sicher und souverän im Unternehmen zu agieren. Es fällt Ihnen in Zukunft leichter andere besser einzuordnen und adäquat auf Sie einzugehen.

Termin: **07.04.2021**

Trainer: **Marion Stampf**

Kosten: **115,00 Euro zzgl. gesetzl. MwSt. pro Teilnehmer**

Anmeldeschluss: **22.03.2021**

„Fit in der Ausbildung/im BA-Studium“

5. Seminar: „Teamwork und richtig präsentieren“

Zielgruppe: Auszubildende, Studenten

Seminarziele:

Die Seminarteilnehmer erfahren, warum die Arbeit und das Bestehen in einem Team für den Berufsalltag absolut notwendig sind. Den Teilnehmern werden sowohl die Faktoren aufgezeigt, die für den Erfolg eines Teams ausschlaggebend sind. Im Präsentationstraining lernen Sie ihren gegenüber zu imponieren und zu fesseln. Sie erfahren Strategien, wie Sie Störfaktoren souverän meistern und ihre Zuhörer mit lebendiger Rhetorik überzeugen.

Seminarinhalte:

- Die Grundlagen eines Teams – erfolgreich zusammenarbeiten
- Vorteile und Gefahren von Teamarbeit
- Wie bildet sich ein Team?
- Störfaktoren, Hindernisse und der Umgang damit
- Das Ergebnis präsentieren – souveränes Auftreten
- PowerPoint und Co. – überzeugend präsentieren
- Rhetorische Stilmittel überzeugend einsetzen
- Lampenfieber einfach ausschalten – erfolgreiche Strategien zum ausprobieren

Ihr Nutzen:

Die Teilnehmer erfahren, wie wichtig es ist, als Team zusammenzuarbeiten. Sie entwickeln Strategien, sich vor einer Gruppe souverän zu präsentieren.

Termin: 08.04.2021

Trainer: Marion Stampf

Kosten: 115,00 Euro zzgl. gesetzl. MwSt. pro Teilnehmer

Anmeldeschluss: 22.03.2021

„Fit in der Ausbildung/im BA-Studium“

6. Seminar: „Fit und gesund durch den Arbeitsalltag“

Zielgruppe: Auszubildende, Studenten

Zielstellung:

Die Teilnehmer erfahren praktische Tipps für eine gesunde Lebensführung.

Inhalte:

- Physischen und psychischen Belastungen vorbeugen
- Was ist Stress und wie entsteht er?
- Welches Stressverhalten praktiziere ich im Alltag?
- Welche kurzfristigen Stressbewältigungsstrategien helfen mir Stress zu bewältigen?
- Gesunde Ernährung – Beginnt bereits mit dem Frühstück
- Auf dem Weg zur Arbeit – Starten Sie gut in den Arbeitstag
- Ergonomisches Arbeiten - Tipps für einen gesunden Rücken
- Gesunde Pausen und Erholungsfähigkeit - Abschalten von der Arbeit

Nutzen:

Sie entwickeln praktikable Strategien, um mit den neuen Arbeitsbelastungen umzugehen und dabei leistungsfähig und gesund zu bleiben.

Methodik:

- Theorieinput, Einzel- und Gruppenarbeit, Selbstreflexion, Entspannungs- und Auflockerungsübungen

Termin: **27.07.2021**

Trainer: **Marion Stampf**

Kosten: **115,00 Euro zzgl. gesetzl. MwSt. pro Teilnehmer**

Anmeldeschluss: **08.07.2021**

Anmeldeformular zur Seminarreihe
„Fit in der Ausbildung/im BA-Studium“

Anmeldung per E-Mail: info@toppmanagement.de

Anmeldung per Fax: 0361 3460558

An folgenden Veranstaltungen im Trainingszentrum der Firma toppmanagement in Erfurt nimmt / nehmen teil:

- | | |
|--|--------------------|
| 1. Seminar – Kick-Off-Veranstaltung zum Ausbildungsstart | Termin: 13.08.2020 |
| 2. Seminar – Persönlichkeit und soziale Kompetenzen im Unternehmen | Termin: 20.10.2020 |
| 3. Seminar – Leichter Lernen durch effiziente Lerntechniken
und effektives Zeitmanagement | Termin: 21.10.2020 |
| 4. Seminar – Kommunikationstechniken 4.0 | Termin: 07.04.2021 |
| 5. Seminar – Teamarbeit und richtig präsentieren | Termin: 08.04.2021 |
| 6. Seminar: – Fit und gesund durch den Arbeitsalltag | Termin: 27.07.2021 |

Frau / Herr _____

Seminar: 1. 2. 3. 4. 5. 6.

Frau / Herr _____

Seminar: 1. 2. 3. 4. 5. 6.

Frau / Herr _____

Seminar: 1. 2. 3. 4. 5. 6.

Unsere Rechnungsadresse:

Firma: _____

Anschrift: _____

Telefonnummer: _____

E-Mail Adresse: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____