



INTRAPERSONALE KOMPETENZ

Leadership beginnt bei sich selbst

Überblick

»Erst sich selbst führen, dann andere führen«: Dieses unumstrittene Prinzip betont, dass die Selbstführung zur Basis jeder Führungskraft gehört. Jemand, der Schwierigkeiten hat, sich selbst zu steuern oder zu leiten, wird unweigerlich Probleme dabei erleben, andere erfolgreich zu leiten. Leadership ist zweifelsohne eine komplexe und anspruchsvolle Aufgabe, die verschiedene Fähigkeiten und Kompetenzen erfordert. Die Schulung »Intrapersonale Kompetenz: Führung beginnt bei sich selbst« vermittelt zentrale Fähigkeiten für effektive Selbstführung sowie die Optimierung eigener Prozesse wie Selbstdisziplin und Eigenmotivation. Intrapersonale Kompetenz bezieht sich auf das Verständnis und die Bewältigung der eigenen inneren Prozesse, Emotionen, Motivationen und Gedanken. Es ist die Fähigkeit, sich selbst zu reflektieren, Selbstbewusstsein zu entwickeln, eigene Stärken und Schwächen zu erkennen und darauf basierend angemessene Entscheidungen zu treffen.

Konzept und Abschluss

Diese Blended Learning-Schulung für (angehende) Führungskräfte vermittelt Grundlagen der Selbstführung in einem 20-stündigen Format: 12 Stunden Live-Online-Training an zwei Webinar-Terminen ([siehe Veranstaltungskalender](#)) und 8 Stunden Selbststudium, in denen Sie frei und in Ihrem eigenen Tempo lernen können. Sie erhalten 365 Tage Zugang zur cloudbasierten Lernplattform ([LMS](#)) mit Studienskript, Audiodateien, Übungen und Quiz. Alle Materialien sind online ständig verfügbar.

Zielgruppe

- (Angehende) Führungskräfte
- Alle, die ihre Selbstführungskompetenzen stärken möchten.
- Team- und Projektleitungen

Zugangsvoraussetzungen

- Sie benötigen einen PC und/oder Tablet und sollten diese sicher handhaben können sowie eine stabile Internetverbindung und gute Deutschkenntnisse haben.

Lehr- und Lernmethoden

- Blended Learning
- Multimediale Impulsvorträge und Lehrgespräche (live)
- Einzel- oder Partnerarbeit
- Übungsaufgaben
- Selbststudium durch bereitgestellte Lernmaterialien

Inhalte

- Zeit- und Selbstmanagement
- Problem- und Konfliktlösung
- Entscheidungsfindung und Zielsetzung
- Selbstmotivation und Selbstdisziplin
- Work-Life-Balance
- Selbstreflexion

Lernziele

- Sie können Zeitmanagement-Techniken in Ihrem Alltag anwenden und Aufgaben entsprechend priorisieren.
- Sie erkennen rechtzeitig Konflikte und Probleme in Ihrem Arbeitsumfeld und analysieren deren Ursachen.
- Sie erkennen den Zusammenhang zwischen klaren Zielen und effektiver Entscheidungsfindung. Sie setzen sich realistische Ziele und treffen fundierte Entscheidungen basierend auf verfügbaren Informationen.
- Sie reflektieren Ihre eigenen Motivationsfaktoren und Disziplin-Herausforderungen. Und Sie entwickeln individuelle Strategien zur Steigerung Ihrer Selbstmotivation und Selbstdisziplin.
- Sie sind fähig, Ihre eigenen Führungsverhaltensweisen kritisch zu analysieren.
- Sie implementieren Strategien zur Verbesserung Ihrer Work-Life-Balance.
- Sie verstehen den Wert der Selbstreflexion für Ihre persönliche und berufliche Entwicklung. Sie führen regelmäßige Selbstreflexionen durch und nutzen die gewonnenen Erkenntnisse zur persönlichen Weiterentwicklung.

Dauer & Kosten

- Gesamtlernzeit 20 Std.
- 8 Std. Selbststudium
- 12 Std. Livetraining an 2 Webinar-Terminen ([siehe Veranstaltungskalender](#))
- 999,00 € brutto (839,50 € netto)

Dozent|innen

- Daniel Schubert
- René Brauer
- Carmen Kinas
- Sarah Schubert



[Veranstaltungs-
kalender](#)



[Jetzt buchen](#)