

## SEMINAR

# Zeit für eine berufliche Veränderung?



*«Nichts ist mächtiger als eine  
Idee, deren Zeit gekommen ist.»*  
Victor Hugo

Standortbestimmung

Individuelle Potenzialanalyse

Anleitung zum Selbstmanagement

In diesem einzigartigen 3-tägigen Laufbahnseminar befassen Sie sich aktiv mit Ihrer beruflichen Situation. Sie setzen sich intensiv mit sich selbst, mit Ihren Bedürfnissen und Ihrem Entwicklungspotenzial auseinander und lernen, wie Sie Ihre berufliche Entwicklung nachhaltig beeinflussen können.

Die ressourcenorientierte Standortbestimmung eröffnet den Blick auf viele Facetten Ihres Lebens und lässt Fragen zu wie:

- Suche ich nach neuen Perspektiven für meine berufliche Laufbahn?
- Bin ich mit dem, was ich in meinem Leben erreicht habe, zufrieden?
- Kann ich meine Interessen, Fähigkeiten und Neigungen ausleben?
- Kenne ich meine Stärken und Schwächen?
- Was leitet und motiviert mich im Alltag?
- Wie kann ich mich besser motivieren und meine Absichten gezielter umsetzen?
- Wie bleibe ich trotz Stress handlungsfähig?
- Wie steht es um meine Life-Balance?
- Wie soll es beruflich weitergehen?
- Bin ich für eine Führungsfunktion geeignet?
- Wie kann ich gezielter Einfluss auf Entscheidungen nehmen?
- Kommt allenfalls eine Selbstständigkeit in Frage?

## Nutzen und Ziele

Sie erhalten in diesem Seminar aktuelles Wissen aus den Bereichen der Motivations- und Neuropsychologie, des Selbstmanagements und zu Bildungs- und Laufbahnfragen. Entlang Ihrer Biografie erforschen Sie bisherige Lebensstationen, Ihre beruflichen und ausserberuflichen Stärken. Sie finden heraus, was Sie wirklich interessiert und motiviert. Sie kennen Ihr Potenzial, Ihre Interessen und Neigungen und Entwicklungschancen. Sie erfahren, wie Sie mit einem guten Selbstmanagement Belastung und Druck reduzieren, Ihr Wohlbefinden erhöhen und Kraft und Zuversicht für die Zukunft schöpfen.

Als besondere Dienstleistung erhalten Sie die Gelegenheit, den förderorientierten Persönlichkeits-test «PSI-Kompetenzanalyse» auf der Grundlage der Theorie Persönlichkeits-System-Interaktionen (PSI) nach Julius Kuhl sowie einen Interessenstest zu beantworten. Die individuelle Rückmeldung der Testergebnisse gibt Ihnen wertvolle Hinweise zu Ihrem Potenzial, zu Ihren Motiven, zu Ihren Stärken und Schwächen, zu Ihren Neigungen und Interessen und zu Ihrer beruflichen Entwicklung.

Sie werden ermutigt, Ihre berufliche Zukunft zu gestalten, und lernen, wie Sie Ihr Selbstmanagement nach der Methode des Zürcher Ressourcen-Modells ZRM® nachhaltig verbessern können.

**Seminar 2017/1:** Samstag 18. März, Samstag 8. April und Samstag 6. Mai 2017  
jeweils 08:30 – 17:00 Uhr (mit Pausen)

Ort: Schaffhausen, Herrenacker 13

**Seminar 2017/2:** Samstag 23. September, Samstag 28. Oktober und Samstag  
25. November 2017 jeweils 08:30 – 17:00 Uhr (mit Pausen)

Ort: Schaffhausen, Kirchhofplatz 12

Kosten: **Fr. 870.–** (inkl. Unterlagen, PSI-Kompetenzanalyse, Interessenstest,  
Einzelgespräch, Pausenverpflegung)

Teilnehmende: Frauen und Männer im Alter ab 25 Jahren mit einem Berufs- oder  
Hochschulabschluss, Berufserfahrung, erwerbstätig.  
Maximal 6 Personen pro Seminar.

Leitung: **Christa Heer**, dipl. Berufs- und Laufbahnberaterin,  
dipl. Psychologin FH/SBAP, PRB®-Beraterin,  
PSI-Kompetenzberaterin, Ausbilderin FA, Coach MAS/FH

Anmeldung,  
Kontakt: Christa Heer GmbH, Bildung – Laufbahn – Coaching  
Kirchhofplatz 12  
8200 Schaffhausen  
Tel. 052 682 05 05  
[info@christa-heer.ch](mailto:info@christa-heer.ch), [www.christa-heer.ch](http://www.christa-heer.ch)

