

Videokurs Übersicht:

Starte hier

	00:04:07
1 Starte hier	
2 Motivation	00:01:35
3 Emotionen	00:01:23
4 Los geht's	00:00:39
	00:00:30

Modul 1 - Basis

	00:22:28
1 Werte: Du lernst wertorientiertes Leben und Arbeiten	
2 Stärken: Wie gut kennst Du Dich wirklich?	00:03:56
3 Schwächen - Schattenarbeit	00:02:14
4 Glaubenssätze: Denkmuster erkennen, Vorurteile hinterfragen	00:08:30
5 Ressourcen: Was gibt Dir Kraft?	00:02:59
6 Meilenstein	00:04:08
	00:00:41

Modul 2 - Know-how

	00:17:56
1 Erfahrungen	
2 Talente & Fähigkeiten	00:02:06
3 Klarheit in der Kommunikation	00:03:01
4 Nein sagen lernen	00:04:37
5 Rollen privat und beruflich: Mit Rollenklarheit und Rollenkompetenz zu stimmiger Führung	00:02:31
6 Meilenstein	00:05:23
	00:00:18

Modul 3 - Führung

	00:28:39
1 Umgang mit Unsicherheiten im beruflichen Umfeld	
2 Erwartungen an dich als Führungskraft	00:04:02
3 Die wichtigen Beziehungen halten	00:02:54

4 Selbstverantwortung nach Reinhard Sprenger	00:04:36
5 Grundlagen effektiver Führung	00:04:03
6 Meilenstein	00:12:10
Balance	00:00:54
	00:23:55
1 Routinen für mehr Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen	00:10:59
2 Achtsamkeit	00:08:01
3 Körpersprache	00:04:20
4 Meilenstein	00:00:35
Richtung	00:14:20
1 Mission	00:04:45
2 Ziele	00:03:41
3 Visualisierung deiner Ziele, um wirklich voranzukommen	00:03:31
4 Ausblick und Planung für die Zeit nach dem Programm	00:02:23
Gesamt: 30 Lektionen	01:51:25

Downloads	288 KB
1 Werte	61 KB
2 Timeline	51 KB
3 Glaubenssätze	176 KB
Gesamt: 3 Dateien	288 KB