UMA HOGA-Akademie
für Hoteliers & Gastronomen

Unternehmermanufaktur für
Hoteliers und Gastronomen GmbH
Marktler Straße 33
84489 Burghausen

Tel.: +49 (0)8677 913 248 0
Fax: +49 (0)8677 913 248 1
info@unternehmer-manufaktur.de
www.uma-hoga-akademie.de

Inhouse-Schulung "Selbstmarketing und Zeitmanagement" für Hoteliers und Gastronomen

Marketing und Management sind nicht nur für das Unternehmen wichtig – auch für Ihre eigene Persönlichkeitsentwicklung sind diese Begriffe von Bedeutung! Mit dem richtigen Selbstmanagement gelingt es Ihnen, mit Ihren Kräften erfolgreich zu haushalten und Ihre Ziele - beruflich und privat - in einem brauchbaren und effektiven Zeitmanagement in die Tat umzusetzen.

✓ Selbsterkenntnis, Balance der Lebensbereiche, Antreiber und Zeitmanagement

✓ SWOT-Analyse und A-E-I-O-U-Prinzip

✓ Workshop mit praktischen Übungen, Training und Tipps

Beschreibung des Seminars

Ein Klassiker! Doch dieses Inhouse-Seminar zeigt nicht nur die klassische Seite des Zeitmanagements und Tools für die Zeitorganisation an. Es will insbesondere aufzeigen, dass Sie, Ihre Einstellungen, Haltungen und Werte der Schlüssel zu einem erfolgreichen Zeitmanagements sind.

Denn Zeitmanagement ist Selbstmanagement.

„Eigene Energie kauft man nicht im Handel, sie liegt im Lebenswandel“: Ihr Lebenswandel ist der Schlüssel für Ihren Energiehaushalt! Daher sind Selbstmarketing, Selbstmanagement, Ziel- und Zeitmanagement der Schlüssel für Ihren Energiehaushalt und für ein erfülltes und erfolgreiches Leben!

Nur wenn Sie selbst dauerhaft funktionieren, können Sie Ihr Unternehmen weiterbringen und Ihre Ziele erreichen.

Mit den richtigen Management-Maßnahmen gelingt es Ihnen, mit Ihren Kräften erfolgreich zu haushalten und Ihre beruflichen – und auch privaten – Ziele in die Tat umzusetzen.

Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihre Wünsche und Ziele erkennen, Hindernisse und Hilfsmittel wahrnehmen und zu Ihrem Selbst finden. Wenn Sie Selbsterkenntnis und Selbsteinschätzung erlangt haben, können Sie an sich und Ihrem Management arbeiten.

Dazu gehört unter anderem, die richtige Balance Ihrer Lebensbereiche – Körper & Gesundheit, Sinn & Werte, Arbeit & Beruf & Karriere, Beziehung & Familie & Freundschaft – zu finden und mögliche Ursachen einer Dysbalance zu erkennen und zu beseitigen. Darüber hinaus beschäftigen wir uns mit der Frage „wie entsteht Stress?“ und bieten Möglichkeiten zum Stressabbau.

Eine wichtige Maßnahme für ein gesundes und erfolgreiches Leben ist ein gutes Zeitmanagement. Hierzu sind Ihre Zeitfresser zu identifizieren und möglicherweise gezielte Gegenmaßnahmen einzuleiten. Planung, Kontrolle und Prioritätensetzung sind hierfür unumgänglich.

Mithilfe der SWOT-Analyse und dem AEIOU-Wirksamkeitsprinzip können Sie strategisch planen und Ihre eigene Position bestimmen – Ihr Selbst- und Zeit-Management weiter optimieren.

Wir helfen Ihnen in unserem Kurs mit vielen kleinen, praktischen Übungen dabei, mehr über sich zu selbst zu erfahren und zu lernen, wie Sie Ihr Leben mit gezielten Maßnahmen erfolgreich gestalten können und sich selbst weiterentwickeln. Mittels eines Stärken-Schwächen-Journals legen Sie den Grundstein für Ihr Zeitmanagement.

Zielgruppe:

Der Inhouse-Workshop „Vom Selbstmarketing zum wirksamen Zeitmanagement“ richtet sich an die gesamte Belegschaft in der

Hotellerie und Gastronomie. Die Schulung ist für alle geeignet, die sich mit der eigenen Weiterentwicklung beschäftigen wollen.

- Alle, die sich mit der eigenen Weiterentwicklung beschäftigen wollen.

Für den optimalen Lernerfolg ist die Teilnehmerzahl auf 15 begrenzt.

Inhalte: siehe AGENDA

Weitere Informationen zur Referentin Brunhilde Fischer

Seminar - Agenda für das Seminar

Inhalte:

- Bausteine eines gezielten Selbstmarketings
- Was sind Ihre persönlichen und beruflichen Werte, Ziele und Visionen?
- Die vier Lebensbereiche: in Balance und Dysbalance?
- Ihre Antreiber und Erlaubnisse (Transaktionsanalyse)
- Ihre Zeitfresser
- Mentale Strategien für Lösungsorientierung (statt Problemorientierung)
- Planung, Kontrolle und Prioritätensetzung mit Zeitmanagementtools

Der Workshop zeichnet sich durch viele kleine Übungen aus, die zur Selbsterkenntnis und dadurch zur eigenen Weiterentwicklung führen. Mittels eines Stärken-Schwächen-Journals (SWOT) legen Sie den Grundstein für Ihr Zeitmanagement.

Die Lebensuhr

- Ziele, Wünsche erkennen
- Hindernisse / Hilfsmittel
- Feind / Freund
- erkennen Sie Ihr Selbst

Ganzheitlichkeit des Lebens

- Balance der Lebensbereiche (Gesundheit, Werte, Karriere, Familie)
- Gründe für Dysbalance
- Wie entsteht Stress? -> Stressabbau

Die inneren Antreiber

- Triebfeder ist erhoffte Anerkennung

Die Geschichte des Autopiloten

- Life-Balance

Positionierung

- Aufgaben des Unternehmers als Mensch

Vision & Mission

- „Wohin“ und „warum“? Der Sinn unseres TUNS

SWOT-Analyse

- Strenghts – Weaknesses – Opportunities – Threats
- Stärken erkennen
- Engpässe beseitigen
- Weiterentwicklung und Umsetzung sichern
- Aufgabenteilung nach dem Eisenhower-Prinzip

Das Wirksamkeitsprinzip

- AEIOU-Wirksamkeitsprinzip
- Ausrichtung, Entscheidung, Interesse, Offenheit, Umsetzung

Während der interaktiven Inhouse-Schulung sind Diskussionen und Gesprächsrunden untereinander mit mit der Referentin ausdrücklich gewünscht.
Ebenso besteht in den beiden Kaffeepausen (vor- und nachmittags) sowie beim gemeinsamen Mittagessen die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch.
Den Abschluss bildet eine Feedback- und Fragerunde!