

Boxenstopp im Berufsalltag – Selbstreflexion und Orientierung

Assistenz und Officemanagement Führungsnachwuchs Führung und Leadership
Personalmanagement Vertrieb und Verkauf

Die Teilnehmenden

- reflektieren ihren aktuellen Status Quo,
- gewinnen Klarheit über ihre persönlichen Werte und beruflichen Motive,
- verstehen ihre berufliche Rolle und Identität bewusster,
- erkennen Einflussfaktoren auf ihre individuelle Arbeitszufriedenheit, Motivation und Wirksamkeit im Berufsalltag,
- erkennen Ansatzpunkte für Entwicklungsziele und leiten erste Handlungsschritte ab.

Inhalte:

Berufliche Standortbestimmung

- Analyse der aktuellen beruflichen Situation und Rollenanforderungen

Werte, berufliche Identität und Arbeitszufriedenheit

- Eigene Werte und innere Antreiber erkennen
- Stärkung von Selbstverantwortung und Selbstwirksamkeit

Ressourcen und Resilienz

- Eigene Ressourcen im Berufsalltag aktivieren

Ziele und Transfer in den Berufsalltag

- Sicherung des Transfers in den beruflichen Alltag

Methoden:

Zum Einsatz kommt ein abwechslungsreicher Methodenmix

- Kurze theoretische Inputs und psychologische Impulse
- Strukturierte Selbstreflexionsübungen
- Einzel- und Kleingruppenarbeit
- Lösungsorientierte Coaching-Elemente
- Austausch, Diskussion und praxisnahe Transferübungen

Kurs-ID:

2366

Referent:in:

Susan Höntzsch

Diplom–Psychologin und Karrierecoach mit mehr als 15 Jahren Berufserfahrung in der Weiterbildung, Personal– und Nachwuchskräfteentwicklung sowie Coaching und Beratung bei der beruflichen Orientierung. Neben ihrer Ausbildung zum Personal und Business Coach hat sie weitere Qualifikationen im ressourcenorientierten Laufbahncoaching, lösungsorientierten Coaching und NLP.

Gebühr:

520,00 €

Termin:

Start: 20.11.2026, 09:00

Ende: 20.11.2026, 16:30

Zielgruppe:

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus nordhessischen Mittelstandsbetrieben, die ihre berufliche Situation reflektieren wollen sowie ihre Rolle und nächsten Entwicklungsschritte im Unternehmen klarer gestalten möchten. Berufserfahrung von mindestens zwei Jahren ist hilfreich

Ort:

Verein für Sozialpolitik, Bildung
und Berufsförderung e. V.

– Akademie der Wirtschaft –

Karthäuserstraße 23

34117 Kassel

Telefon 0561 1091-53

Anmeldung:

[Hier geht es zur Anmeldung](#)