Resilienz 360° – Mehr Kraft, Klarheit und Erfolg im Job für Assistenzkräfte

Assistenz und Officemanagement

Teilnehmer:innen werden nach dem Workshop in der Lage sein, ihre Führungskommunikation zu optimieren und authentisch in einer modernen Geschäftswelt zu agieren. Der Workshop bietet praktische Ansätze, um Teams durch klare, menschliche Kommunikation zu leiten.

Inhalte:

In der schnelllebigen Geschäftswelt nehmen Assistentinnen eine Schlüsselrolle ein, indem sie vielfältige Aufgaben bewältigen und den reibungslosen Ablauf im Büro sicherstellen. Der Workshop "Resilienz 360°" ist speziell auf die Bedürfnisse von Assistent:innen zugeschnitten und bietet eine einzigartige Gelegenheit, die persönliche Widerstandsfähigkeit zu stärken und bewährte Strategien zu erlernen, um Rückschläge souverän zu überwinden.

- **Resilienz im Kontext der Assistenzrolle**
  - Warum ist Resilienz für Assistentinnen von besonderer Bedeutung?
  - Praktische Anwendungen der Resilienz im Assistenzbereich.
- **Rückschläge als berufliche Chancen nutzen**
  - Umgang mit unerwarteten Herausforderungen im Assistenzalltag.
  - Erfolgsgeschichten von Assistenzkräften, die aus beruflichen Rückschlägen gestärkt hervorgegangen sind.
- **Selbstpflege und Resilienz im Arbeitsumfeld**
  - Bewältigung von Stresssituationen und hoher Arbeitsbelastung.
  - Konkrete Selbstpflegestrategien für den Arbeitsalltag.
- **Kommunikation und Beziehungsmanagement**
  - Effektive Kommunikation in stressigen Situationen.
  - Aufbau von starken beruflichen Beziehungen zur Förderung der Resilienz.
- **Praktische Übungen für den Assistenzalltag**
  - Simulation von herausfordernden Situationen.
  - Lösungsorientierte Ansätze für typische Assistenzaufgaben.

Methoden:

Der Workshop ist interaktiv gestaltet, um eine engagierte Teilnahme zu fördern, und bietet Raum für den Austausch von Erfahrungen und bewährten Praktiken. Jeder Teilnehmende wird den Workshop mit konkreten Werkzeugen und einem individuellen Resilienzplan verlassen.

Kurs-ID:

TP-0479

Zielgruppe:

Assistent:innen, Sekretär:innen und Bürokoordinatoren, die ihre persönliche Resilienz stärken möchten, um auch in stressigen Situationen effektiv arbeiten zu können.

Verein für Sozialpolitik, Bildung
und Berufsförderung e. V.
– Akademie der Wirtschaft –
Karthäuserstraße 23
34117 Kassel
Telefon 0561 1091-53

Zu unseren Inhouse-Seminaren