



LEBENS- UND BERUFSWEGE IM FOKUS

WORKSHOP-PORTFOLIO

- » **Persönliche und berufliche Standortbestimmung:** Werte und Ziele im Einklang
- » **Werkzeuge für erfolgreiche Selbstorganisation:** Eigene Ressourcen erkennen und aktivieren

UNSER WORKSHOP-ANGEBOT FÜR SIE IM ÜBERBLICK

PERSÖNLICHE & BERUFLICHE STANDORTBESTIMMUNG: WERTE & ZIELE IM EINKLANG

- 01 Die eigene Karriere selbstbewusst gestalten und präsentieren: Eine individuelle Laufbahnanalyse [Dr. Wolf/Dr. Weber]**
Berufs- und Lebensziele definieren – Im Einklang mit den eigenen Werten
- 02 Bewerbungsstrategien und Selbstpräsentation für Berufsfelder außerhalb der Wissenschaft [Dr. Wolf/Dr. Weber]**
Was für Jobs gibt es jenseits der Wissenschaft? – Kniffe für ein gelungenes Bewerbungsgespräch
- 03 Wissenschaftsmanagement: Einstieg und Perspektiven für Promovierende und Postdocs [Dr. Weber]**
Einblicke in Arbeitsfelder und Karrierewege für Quer- und Neueinsteiger*innen
- 04 Gestärkt an der Uni und im Beruf – gute Entscheidungen treffen [Dr. Weber]**
Den eigenen Berufsalltag bewusst gestalten – auf den inneren Kompass vertrauen

WERKZEUGE FÜR ERFOLGREICHE SELBSTORGANISATION: EIGENE RESSOURCEN ERKENNEN UND AKTIVIEREN

- 01 Effizientes Zeitmanagement und Projektmanagement [Dr. Wolf]**
Tools für die erfolgreiche Planung und Umsetzung von Projekten fürs Berufs- und Privatleben
- 02 Erfolgreich berufliche Netzwerke aufbauen – Netzwerken und Smalltalken als wichtige Werkzeuge für die Karriere [Dr. Wolf]**
Souverän in Kontakt treten – Tricks und Kniffe für erfolgreiche Kommunikation im Alltag und Beruf
- 03 Rollenmanagement in Organisationen: Arbeitsbeziehungen verantwortungsvoll gestalten [Dr. Wolf/Dr. Weber]**
Erwartungen klären, Aufgaben definieren und Rollen gestalten
- 04 Lifetime-Management [Dr. Wolf]**
Eigene Ziele und Bedürfnisse im Blick – Setzen von Prioritäten und Stärken eigener Widerstandskräfte
- 05 Leben in der Balance – Mit kreativen Methoden zu mehr Leichtigkeit im Alltag finden [Dr. Weber]**
Kreatives Arbeiten ganz im Flow – Spiel mit Worten, Symbolen und Bildern – Eigene Potentiale entdecken

DR. W² – DOPPELTE POWER FÜR IHRE KARRIERE:

Dr. Angelika Wolf, Methodactics
Freie Trainerin & Karriereberaterin
✉ wolf@methoden-didaktik.com
🌐 www.methoden-didaktik.com

Dr. Sarah Weber, Coaching & Biografiearbeit
Freie Trainerin & Coach
✉ mail@sarah-weber.net
🌐 www.coaching.sarah-weber.net

Alle Rechte vorbehalten. Alle Angaben ohne Gewähr. Änderungen jederzeit ohne Vorankündigung vorbehalten. Dr. Sarah Weber / Dr. Angelika Wolf, Adlerstraße 10, 69123 Heidelberg