

Boxenstopp: Mind- und Bodysset für die Herausforderungen der VUKA-Welt

Termin	Do, 9. Juni 2022 (09:00 – 17:30 Uhr) und Fr, 10. Juni 2022 (09:00 – 17:00 Uhr) Anreise: Mi, 8. Juni, bis 18:00 Uhr
Ort	Ammerseehäuser ..., 86911 Dießen am Ammersee
Veranstalter	Initiative Fortbildung für wissenschaftliche Spezialbibliotheken und verwandte Einrichtungen e.V.

Die vergangenen Jahre haben uns mit all ihrer Dynamik und dem permanentem Reagieren auf Neues und Unerwartetes vieles abverlangt und auch vieles gelehrt. Jetzt ist ein guter Zeitpunkt für einen Boxenstopp, um die persönlichen und beruflich relevanten Kompetenzen zu sortieren, zu gewichten und neue hinzuzufügen, die fit machen für die bleibenden Herausforderungen der VUKA-Welt und helfen, die eigene Arbeitsfreude zu erhalten.

Beim Boxenstopp nutzen wir drei Perspektiven:

- **Reset:** Wir legen den Schalter bewusst um – von Abarbeiten hin zu strategischen Überlegungen, vom Reagieren zum proaktiven Handeln.
- **Relaunch:** Wir nehmen bisherige Denk-, Arbeits- und Erfolgsmuster unter die Lupe, und überprüfen sie auf ihre Tauglichkeit für neue (berufliche) Entwicklungen.
- **Repositionierung:** Ziele, Themen und Schwerpunktsetzungen justieren und sich vielleicht neu erfinden ...

Inhalte u.a.:

- Selbst in Führung gehen 2.0: Das Mindset
- Erkenntnisse der Neurowissenschaften nutzen
- Der Körper als Ressource des Selbstmanagements
- Achtsamkeit: gelassener, fokussierter und bewusster entscheiden und handeln
- Die Zielelandkarte neu entwerfen
- ...

Methoden: Inputs, Diskussion, Austausch, praktische Übungen, Bewegungseinheiten, kreative Methoden, ...

Eingeladen sind alle Mitarbeitenden von Bibliotheken und Archiven.

Das Seminar wird geleitet von **Elisabeth Kräuter**, Training und Coaching, München

Kostenbeitrag: EURO 190,-- (early bird-Tarif bei **Anmeldung bis 13. Mai 2022**); danach: EURO 200,--

Unterkunft: Ammerseehäuser (Vollpension/Unterkunft wie vertraut zu EURO 80,62 pro Nacht/Person

Teilnehmerzahl: begrenzt auf 16 Personen

Anmeldung: **mit Angabe der Rechnungsadresse** bei Evelin Morgenstern – Initiative Fortbildung ... e.V. – E-Mail : morgenstern@initiativefortbildung.de – www.initiativefortbildung.de