

GdS-SEMINAR

SELBSTWIRKSAMKEIT IM BERUFLICHEN ALLTAG



Die Seminarteilnehmer reflektieren ihre Haltung und ihr Verhalten sich selbst und anderen gegenüber. Ziel ist es, sich selbst besser zu verstehen und mit einem gestärkten Selbstwert den Herausforderungen insbesondere des beruflichen Alltags wirksam zu begegnen.

GdS Wir kommt weiter

Gewerkschaft der Sozialversicherung
Müldorfer Str. 23, 53229 Bonn
E-Mail: joswig.c@gds.de
Telefon: (0228) 9 77 61-39
Telefax: (0228) 9 77 61-47
www.gds.de

Seminarinhalte

- **Selbstwirksamkeit: Begriffsbestimmung**
- **Selbstwirksamkeit: Vertrauen in das eigene Handeln und die eigene Stärke gewinnen**
- **Selbstmanagement im beruflichen Alltag: persönliche Entwicklung gestalten**

Referentin

Antje Koch (Trainerin, Expertin für psycho-mentale Fitness)

Zielgruppe

Interessierte

Termin und Ort

5. bis 7. März 2019

Beginn 1. Tag: 14.00 Uhr, Ende 3. Tag: 13.00 Uhr (nach dem Mittagessen)

dbb forum siebengebirge in Königswinter

Es handelt sich um eine Veranstaltung in Kooperation mit der dbb akademie.

Kosten und Freistellung

Für GdS-Mitglieder beträgt der Beitrag inkl. Ü/VP (ohne Getränke) € 132/Nicht-Mitglieder € 550. Fahrtkosten werden mit 30 ct. je Entfernungskilometer bezuschusst. Freistellung gemäß Bildungsurlaubsgesetze der Länder ggf. möglich. Wir beraten Sie im Einzelfall gern!