

Anmeldungen bitte über das Lehrgangssystem der TH Wildau



Hier finden Sie auch inhaltliche Details zu den einzelnen Kursen.

Die Teilnahme an den angekündigten Weiterbildungsmaßnahmen ist für Beschäftigte der TH Wildau kostenfrei, außerdem sind Sie für die Zeit der Qualifizierung von Ihrer Arbeit freigestellt.

» Personalentwicklung «

#### Ihre Fragen beantworte ich sehr gern:

Dr. Sabine Vollmert-Spiesky (Leiterin Personalentwicklung)  
Haus 13, Raum 157

Telefon +49 (0) 33 75 / 508-967

E-Mail [sabine.vollmert-spiesky@th-wildau.de](mailto:sabine.vollmert-spiesky@th-wildau.de)

Ich freue mich auf Sie!

Ihre Sabine Vollmert-Spiesky

Technische Hochschule Wildau

Hochschulring 1

15745 Wildau



## PERSONALENTWICKLUNG AN DER TH WILDAU

Interne Fortbildungen / 2. Halbjahr 2018

## Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

gern geben wir Ihnen einen Überblick über die internen Fortbildungsangebote der Personalentwicklung an der TH Wildau im 2. Halbjahr 2018. Ziel ist es, die persönliche kontinuierliche Kompetenzentwicklung aller Mitarbeiter/innen aus Forschung, Lehre, Verwaltung und Technik zu fördern. Das spezielle Fortbildungsangebot ist darauf ausgerichtet, Ihre beruflichen Handlungskompetenzen und Schlüsselqualifikationen auf- und auszubauen, um so den neuen, immer komplexeren Herausforderungen unserer Arbeitswelt zu begegnen.

Besonders legen wir Ihnen das beliebte „Gesundheitsseminar“ ans Herz:

### RESILIENZ UND ACHTSAMKEIT: SELBSTFÜRSORGE IM (ARBEITS-)ALLTAG

In diesem Seminar haben die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Möglichkeit, abseits vom (Arbeits-) Alltag innezuhalten, sich selbst (noch) besser einzuschätzen auch im Hinblick auf ihr eigenes Stresserleben. Gleichzeitig lernen sie Strategien zur Stressbewältigung und -prophylaxe kennen und anwenden.

Also: Nehmen Sie sich eine (gesponserte) Auszeit von der täglichen Arbeitsroutine und nutzen Sie außerdem die Chance, sich in entspannter Atmosphäre mit Kolleginnen und Kollegen zu vernetzen!

Sie übernachten in angenehmem Ambiente im Hotel „Spreebalance“ und erhalten die Gelegenheit, gemeinsam mit kompetenten Trainer/innen alle beeinflussbaren Facetten des Themas „Wohlbefinden und Gesundheit im Arbeitsalltag“ zu betrachten. Hierbei liegt der ausdrückliche Fokus auf der praktischen, aktiven Umsetzung des zuvor Gehörten, also Bewegung, Entspannung, gemeinsames Kochen am Abend.

Sie organisieren die An- und Abreise, wir sorgen für den Rest. Diese Veranstaltungsreihe findet in Zusammenarbeit mit der Techniker Krankenkasse statt.

#### Weitere Termine in 2018:

13./14.09.18

01./02.11.18

Wir erbitten Ihre Anmeldung per Mail an

[sabine.vollmert-spiesky@th-wildau.de](mailto:sabine.vollmert-spiesky@th-wildau.de)

## WEITERE ANGEBOTE FÜR ALLE

Angebot	Termine	Dauer	Raum
<b>Selbst- und Zeitmanagement</b> Erkennen und Nutzen persönlicher Ressourcen, Methoden für den Umgang mit der Zeit.  <b>Trainer:</b> Ingo Gewalt <i>(Trainer für Führung und Kommunikation)</i>	29.08.18	<b>1 Tag</b> 9 <sup>00</sup> -17 <sup>00</sup> Uhr	13, Senatssaal
<b>Empathisch &amp; erfolgreich: Bewusste Kommunikation im (Berufs-)Alltag</b> Teil 1: achtsam kommunizieren Teil 2: konstruktiv streiten  <b>Trainerin:</b> Iris Strang <i>(tcr-coaching)</i>	29.06.18 31.08.18	<b>2 x ½ Tag</b> 9 <sup>00</sup> -13 <sup>30</sup> Uhr	13-225
<b>Auf Ihre Stimme kommt es an!</b> Sensibilisierung, Aktivierung und Training für den stimmigen (Berufs-)Alltag.  <b>Trainerin:</b> Dr. Sabine Vollmert-Spiesky <i>(stimmfest Berlin)</i>	13.09.18	<b>1 Tag</b> 9 <sup>00</sup> -17 <sup>00</sup> Uhr	13-123
<b>Vielfalt leben: Managing Diversity</b> Professioneller Umgang mit steigender Heterogenität bei Studierenden und Mitarbeiter/innen.  <b>Trainerin:</b> Kirsten Lange <i>(ABF e.V.)</i>	17.09.18	<b>1 Tag</b> 9 <sup>00</sup> -17 <sup>00</sup> Uhr	13-027
<b>Mit Persönlichkeit nach vorn</b> Authentisch führen und motivieren  <b>Trainer:</b> Dr. Christian Heiss <i>(performance-entwicklung)</i>	14.11.18	<b>1 Tag</b> 10 <sup>00</sup> -17 <sup>00</sup> Uhr	13-201
<b>Mit Mikropolitik souverän umgehen.</b> Macht und Mikropolitik im Hochschulmanagement.  <b>Trainer:</b> Dipl.-Psych. Lukas Bischof <i>(Hochschulberatung)</i>	28./29.11.18	<b>2 Tage</b> 9 <sup>00</sup> -17 <sup>00</sup> Uhr	13-201
<b>Gelassen und sicher im Stress</b> Grundlagenwissen zum Thema Stressmanagement.  <b>Trainer/in:</b> N.N.	N.N.	<b>1 Tag</b>	N.N.