Sparkassenakademie
Nordrhein-Westfalen



FORTBILDUNGSPROGRAMM 2027

Persönliche Entwicklung

INHALTSVERZEICHNIS

SEITE

Persönliche Entwicklung **3**

58.401 Wie wirke ich auf andere? - Wirkung, Wahrnehmung und Weiterentwicklung 4

58.209 Stärken erkennen und gezielt einsetzen (E-Learning) 6

58.502 just e-learn-Package Persönliche Entwicklung (E-Learning) 8

58.441 Unconscious Bias - Vorurteile und Stereotypen erkennen und reduzieren (E-Learning) 10

58.231 Nachhaltig lernen mit E-Learning (E-Learning) 12

58.434 Resilienz in Veränderungsprozessen stärken 14

58.232 Erfolgsgeheimnis Lernkultur (E-Learning) 17

58.233 Selbstorganisiert lernen (E-Learning) 19

58.234 Gute Fehlerkultur leben (E-Learning) 21

58.227 Lernstrategien: Methodenkoffer für selbstorganisiertes Lernen (E-Learning) 23

58.235 just e-learn-Package "Bereit für Neues Lernen" (E-Learning) 25

58.256 Mental Health: Achtsam handeln im Arbeitsalltag (E-Learning) 27

58.245 Veränderungen als Chance sehen (E-Learning) 29

58 SELBSTMANAGEMENT

Persönliche Entwicklung

E-learnings ohne Anzeige

Wie wirke ich auf andere? - Wirkung, Wahrnehmung und Weiterentwicklung

Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance

Im Berufsleben hat ein positiver erster Eindruck weitreichende Konsequenzen und bestimmt zu einem großen Teil, wie Sie ankommen. Wissen Sie, wie Sie wahrgenommen werden? Die Frage nach der eigenen Wirkung gehört zu den wichtigsten Fragen der eigenen Persönlichkeitsentwicklung. Zu verstehen, wie Sie wahrgenommen werden, erfordert ein offenes und ehrliches Feedback von anderen. In diesem Seminar erhalten Sie dieses Feedback.

ZIELGRUPPE

Führungskräfte und Mitarbeiter/-innen aus allen Bereichen

IHR NUTZEN

- Sie kennen Ihre Wirkung auf andere und gleichen Ihr Selbst- und Fremdbild ab.
- Sie wissen, wie Sie einen überzeugenden Eindruck erreichen können.
- Sie können Ihre Stärken stärken und Schwächen schwächen, um das "eigene Ideal" zu erreichen.

IHRE REFERENTIN

Christine Carus

Persönlichkeitscoach, Mentaltrainerin und Expertin für Gedankenhygiene

TERMIN(E)

19.11.2026 – 20.11.2026 | Sparkassenakademie NRW (ausgebucht)

19.04.2027 – 20.04.2027 | Sparkassenakademie NRW

23.09.2027 – 24.09.2027 | Sparkassenakademie NRW

DAUER

2 Tage

PREIS

795,00 €

Programm/Inhalt

Der erste Eindruck

- Wie erkenne ich, welchen ersten Eindruck ich hinterlasse?
- Den positiven ersten Eindruck bewusst und strategisch prägen
- Einen schlechten ersten Eindruck korrigieren
- Wie kann ich meine Wirkung in unterschiedlichen Situationen anpassen?

Menschliche "Werkzeuge" zur Steigerung des emotionalen Gesamteindrucks

- Stimme, Rhetorik und Körpersprache
- Verbale und nonverbale Transaktionen harmonisieren
- Tipps zur "Dramaturgie" und "Inszenierung"

Der Abgleich zwischen Selbst- und Fremdbild

- Wege zum analytischen Selbst- und Fremdbild
- Wie kann ich mein Selbstbild dem Fremdbild angleichen?
- Auswirkungen eines ausgeglichenes Selbst- und Fremdbilds auf die Persönlichkeit

Das "eigene Ideal" erreichen

- Was ist mein Wunschbild?
- Die Motivation zur Umsetzung
- Der Zusammenhang zwischen Wunschbild und Charisma

Stärken stärken - Schwächen schwächen

- Die eigenen Stärken und Schwächen erkennen und ausbauen bzw. abbauen
- Mit den eigenen Stärken und Schwächen leben

Neues bzw. alternatives Verhalten einüben und intensivieren

KONTAKT

ANMELDUNG



Carolin Nalazek
0231 22240-537
carolin.nalazek@ska.nrw

INHALTE



Mareike Toporowski
0231 22240-775
mareike.toporowski@ska.nrw

Stärken erkennen und gezielt einsetzen (E-Learning)

Eigene Talente zielorientiert einsetzen

Wo liegen Ihre Stärken und wie können Sie diese im Beruf besser nutzen? Finden Sie heraus, in welchem Umfang Sie Ihre Stärken bereits in Ihrem Tagesgeschäft einsetzen und lernen Sie, sich Ziele zu setzen, um Ihr Potenzial stärker zu nutzen.

ZIELGRUPPE

Mitarbeitende und Führungskräfte, die ihre Stärken und Potenziale im Beruf besser nutzen wollen

IHR NUTZEN

- Sie wissen, wo die eigenen Stärken liegen.
- Sie erkennen ungenutzte Potenziale und wie sie diese sinnvoll nutzen.
- Sie können Ihre Ziele konkret und motivierend formulieren.
- Hindernissen begegnen Sie souverän.

ZUSÄTZLICHE PREISINFORMATIONEN

Ab 100 Lernenden bieten wir Sparkassen dieses E-Learning zu einem Pauschalpreis an. Wir beraten Sie gerne!

TERMIN(E)

Jederzeit starten mit just e-learn!

DAUER

30 Minuten

PREIS

30,00 €
Preis je Lerner/-in, Pauschalpreis ab 100 Lernenden

KONTAKT

ANMELDUNG



Carolin Nalazek
0231 22240-537
carolin.nalazek@ska.nrw

INHALTE



Stephanie Kolhosser
0231 22240-737
stephanie.kolhosser@ska.nrw

Programm/Inhalt

Relevanz der eigenen Stärken für Leistung und Zufriedenheit

Anleitung für die Suche nach den eigenen Stärken und ungenutzten Potenzialen

SMART-Methode und Mottoziele zur Zielformulierung

Tipps für den Umgang mit Hindernissen

just e-learn-Package Persönliche Entwicklung

Neues Wissen für die persönliche Entwicklung: digital, schnell und kompakt

Profitieren Sie gleich von einem ganzen Package mit fünf hochwertigen E-Learnings aus dem Bereich "**Persönliche Entwicklung"**, die zu jeder Zeit, an jedem Ort und im eigenen Lerntempo bearbeitet werden können.

ZIELGRUPPE

Mitarbeitende und Führungskräfte die digital, schnell und kompakt ihre persönliche Entwicklung stärken wollen

IHR NUTZEN

Die wichtigsten aktuellen Themen im Bereich "Persönliche Entwicklung" für Sie zusammengestellt.

- **#1 digital**:
  E-Learning-Module ganz einfach mit dem Smartphone, Tablet oder Desktop nutzen. Zu beliebiger Zeit, an jedem Ort.
- **#2 schnell**:
  Neues Wissen schnell verbreiten, ohne Terminplanung. Einfach das just e-learn Package für Ihre Zielgruppe buchen und loslegen.
- **#3 kompakt**:
  Mit E-Learning-Modulen kompakte Lerneinheiten bieten und Impulse zu relevanten Fragen setzen.

ZUSÄTZLICHE PREISINFORMATIONEN

Ab 100 Lernenden bieten wir Sparkassen dieses E-Learning zu einem Pauschalpreis an. Wir beraten Sie gerne!

TERMIN(E)

Jederzeit starten mit just e-learn!

DAUER

5 Stunden

PREIS

75,00 €
Preis je Lerner/-in, Pauschalpreis ab 100 Lernenden

KONTAKT

ANMELDUNG



Carolin Nalazek
0231 22240-537
carolin.nalazek@ska.nrw

INHALTE



Stephanie Kolhosser
0231 22240-737
stephanie.kolhosser@ska.nrw

Programm/Inhalt

Fünf E-Learning-Module aus dem Themenbereich "Persönliche Entwicklung":

1. Erfolgreich arbeiten im Homeoffice
2. Zeitmanagement
3. Professionell auftreten in Videokonferenzen
4. Selbstmarketing: wirkungsvoll überzeugen
5. Stärken erkennen und gezielt einsetzen

Wir beraten Sie gerne persönlich zu Ihren Fragen und zur Buchung dieses Angebotes.

Unconscious Bias - Vorurteile und Stereotypen erkennen und reduzieren (E-Learning)

Warum wir Menschen in "Schubladen" kategorisieren und wie wir reflektiert damit umgehen

Menschen tendieren dazu, ihre Mitmenschen in ein vorgefertigtes Kategoriensystem einzuordnen und anhand dessen zu bewerten – doch warum ist das so? Lernen Sie die Ursachen von unbewussten kognitiven Verzerrungen und anderen unbewussten Denkmustern kennen und erhalten Sie hilfreiche Tipps, wie Sie in Ihrem beruflichen Alltag reflektiert mit ihnen umgehen können.

ZIELGRUPPE

Mitarbeitende und Führungskräfte, die unbewussten Denkmustern über andere auf die Spur kommen und Offenheit in der Zusammenarbeit mit anderen fördern wollen

IHR NUTZEN

- Sie kennen die Bedeutung des Begriffs „Unconscious Bias“ und die Auswirkungen dieses Phänomens.
- Sie begreifen Unconscious Bias als „Shortcut“ und Bestandteil menschlicher Überlebensstrategie.
- Sie kennen die häufigsten und wichtigsten Mechanismen, die Unconscious Bias zugrunde liegen.
- Sie kennen Strategien gegen Unconscious Bias kennen und können sie im beruflichen Alltag anwenden.

ZUSÄTZLICHE PREISINFORMATIONEN

Ab 100 Lernenden bieten wir Sparkassen dieses E-Learning zu einem Pauschalpreis an. Wir beraten Sie gerne!

TERMIN(E)

Jederzeit starten mit just e-learn!

DAUER

1,25 Stunden

PREIS

50,00 €
Preis je Lerner/-in, Pauschalpreis ab 100 Lernenden

KONTAKT

ANMELDUNG



Carolin Nalazek
0231 22240-537
carolin.nalazek@ska.nrw

INHALTE



Stephanie Kolhosser
0231 22240-737
stephanie.kolhosser@ska.nrw

Programm/Inhalt

Unconscious Bias - was ist das eigentlich?

So entstehen unsere Schubladen

Die vielen Gesichter von Unconscious Bias

Mit unbewussten Denkmustern bewusst umgehen

Inklusive Workbook als Alltagsbegleiter und Transferunterstützung.

Nachhaltig lernen mit E-Learning (E-Learning)

Clever online lernen

Haben Sie schon einmal ein E-Learning absolviert und sich danach gefragt: „Was hat mir das jetzt eigentlich gebracht?“ Oder starten Sie ganz frisch in die E-Learning-Welt und fragen sich, was Sie erwartet und wo Sie anfangen sollen? In diesem E-Learning erfahren Sie, was E-Learning ist und warum es Sie beruflich weiterbringt. Außerdem erhalten Sie Tipps, wie Sie effektiv mit E-Learning lernen.

ZIELGRUPPE

Mitarbeitende und Führungskräfte, die mit Freude und Wirksamkeit E-Learnings für ihre Weiterbildung nutzen wollen

IHR NUTZEN

In diesem E-Learning erfahren Sie:

- warum E-Learning Sie im Job voranbringt,
- wie Sie nachhaltig mit E-Learning lernen,
- wie Sie Ablenkungen beim Online-Lernen vermeiden und
- welche Lernstrategien Sie nutzen können.

ZUSÄTZLICHE PREISINFORMATIONEN

Ab 100 Lernenden bieten wir Sparkassen dieses E-Learning zu einem Pauschalpreis an. Wir beraten Sie gerne!

TERMIN(E)

Jederzeit starten mit just e-learn!

DAUER

30 Minuten

PREIS

30,00 €
Preis je Lerner/-in, Pauschalpreis ab 100 Lernenden

KONTAKT

ANMELDUNG



Carolin Nalazek
0231 22240-537
carolin.nalazek@ska.nrw

INHALTE



Stephanie Kolhosser
0231 22240-737
stephanie.kolhosser@ska.nrw

Programm/Inhalt

Was genau ist E-Learning?

Was sind die Voraussetzungen, um erfolgreich online zu lernen?

Wie gehe ich sicher mit der notwendigen Technik um?

Wie lerne ich effektiv und nachhaltig mit E-Learning?

Wie vermeide ich Ablenkungen?

Wie kann ich klassische Lerntechniken anwenden?

Wie kann ich beim E-Learning mit anderen zusammen lernen?

Resilienz in Veränderungsprozessen stärken

Entdecken Sie Ihre innere Stärke

Durch Resilienz können Menschen nicht nur Krisen besser bewältigen, sondern auch persönliches Wachstum und Weiterentwicklung erfahren. Resilienz ist keine angeborene Eigenschaft, sondern kann durch gezielte Strategien und Techniken entwickelt und gestärkt werden. Unser Resilienz-Seminar bietet Ihnen praxisnahe Techniken und wertvolle Strategien, um Stress abzubauen, mentale Flexibilität zu fördern und Ihre persönliche Widerstandskraft zu stärken.

ZIELGRUPPE

Mitarbeitende, Führungskräfte

IHR NUTZEN

- Sie reflektieren Ihre beruflichen und privaten Stressfaktoren und entwickeln Lösungsstrategien in Veränderungsprozessen.
- Sie analysieren Ihre eigene Resilienzkompetenz, erkennen einschränkende Denkmuster und erarbeiten neue Perspektiven.
- Sie füllen Ihren Methodenkoffer für den Umgang mit Belastungssituationen und übertragen die Techniken in Ihren Arbeitsalltag.

IHRE REFERENTIN

Anette Heuer, Sparkassenakademie NRW

Trainerin und systemische Coachin mit umfangreichen Erfahrungen (Schwerpunkt Vertrieb und Trainerweiterbildung), Vertriebscoachin, Zertifizierte Trainerin für das persolog® Resilienzmodell, Expertin für Graphic Recording

TERMIN(E)

20.04.2027 – 25.07.2027 |
Sparkassenakademie NRW

E-Learning in der Zeit (01.04. - 30.09.2027)
Seminar (20.04. - 21.04.2027)
Transferphase (22.04. - 02.09.2027)
Webinar (03.09.2027)

DAUER

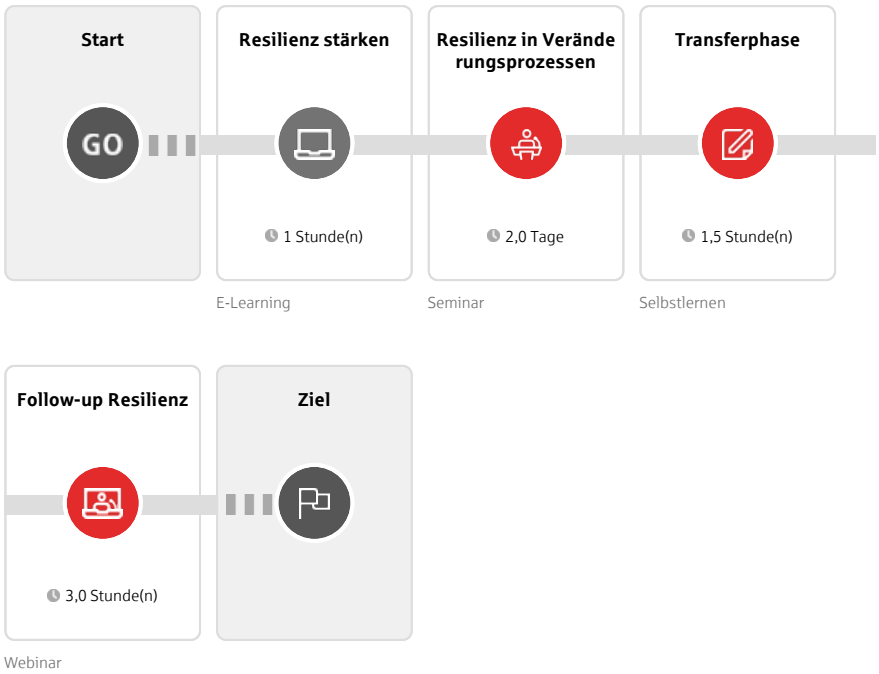
17,5 Stunden
Die Gesamt-Lernzeit von 17,5 Stunden umfasst:

- 1,5 Stunde Vorbereitungsauftrag
- 2 Tage Präsenzseminar
- 1 Stunde Nachbereitungsauftrag
- 3 Stunden Follow-up-Webinar

PREIS

895,00 €

Ihre Lernreise: Resilienz in Veränderungsprozessen stärken



KONTAKT

ANMELDUNG



Carolin Nalazek
0231 22240-537
carolin.nalazek@ska.nrw

INHALTE



Anette Heuer
0231 22240-786
anette.heuer@ska.nrw

Programm/Inhalt

1) Vorbereitung Resilienz stärken - E-Learning (1,5 Stunde)

2) Präsenztraining (2 Tage)

Innehalten und wahrnehmen

- Eigene Bedürfnisse erkennen
- Achtsamer mit sich selbst umgehen

Reflexion und Aktivierung

- Eigene Ressourcen und Potenziale nutzen
- Herausforderungen besser meistern

Selbsteinschätzung

- Resilienzprofil erstellen
- Individuelle Stärken und Entwicklungsbereiche klar erkennen

Veränderungsprozesse verstehen

- Ablauf von Veränderungen
- Veränderungen aktiv zum eigenen Vorteil nutzen

Achtsamkeit praktizieren

- Achtsamkeitsübungen in den Arbeitsalltag integrieren
- Präsenter und ausgeglichener sein
- Beruflichen Lebensweg reflektieren und Blick nach vorn
- Umgang mit Stress

3) Nachbereitungsauftrag (Lernzeit, 1 Stunden)

4) Follow-up (Webinar, 3 Stunden)

Erfolgsgeheimnis Lernkultur (E-Learning)

New Learning als Chance

Besser sein als der Wettbewerb? Attraktiv sein für junge Talente? Dazu braucht es dringend eine positive Lernkultur. Denn etwas Neues zu lernen, ist nicht immer einfach, sondern oftmals auch frustrierend, langweilig und manchmal sogar peinlich. Auch Digitalisierung und Innovationsdruck erfordern frisches Wissen, neue Fähigkeiten und Lust am Lernen.

ZIELGRUPPE

- Personalentwicklerinnen und Personalentwickler, die eine neue Lernkultur als wichtigen Erfolgsfaktor ihrer Sparkasse implementieren wollen
- Führungskräfte, die eine neue Lernkultur und die Lernkompetenzen ihrer Mitarbeitenden aktiv fördern wollen

IHR NUTZEN

In diesem E-Learning erfahren Sie:

- ... was eine Lernkultur ist und wie sie die Sparkasse voranbringt,
- ... wie eine Lernkultur Führungskräfte entlasten kann,
- ... wie Sie noch heute mit simplen Schritten die Lernkultur voranbringen

ZUSÄTZLICHE PREISINFORMATIONEN

Ab 100 Lernenden bieten wir Sparkassen dieses E-Learning zu einem Pauschalpreis an. Wir beraten Sie gerne!

TERMIN(E)

Jederzeit starten mit just e-learn!

DAUER

45 Minuten

PREIS

40,00 €
Preis je Lerner/-in, Pauschalpreis ab 100 Lernenden

KONTAKT

ANMELDUNG



Carolin Nalazek
0231 22240-537
carolin.nalazek@ska.nrw

INHALTE



Stephanie Kolhosser
0231 22240-737
stephanie.kolhosser@ska.nrw

Programm/Inhalt

Was ist das Besondere an einer Lernkultur?

Was sind die Vorteile einer Lernkultur?

Wie sieht die Lernkultur aktuell aus?

Wie kann Lernkultur gefördert werden?

Wie können Lernkompetenzen von Mitarbeitenden gefördert werden?

Welche Lernformen sind hilfreich und wie können sie eingesetzt werden?

Wie kann eine erfolgreiche Lernkultur implementiert werden?

Selbstorganisiert lernen (E-Learning)

Lernen wird digitaler, flexibler und individueller

Damit haben Sie als Lernende die Chance, Ihren Lernprozess stärker selbst in die Hand zu nehmen. Dazu erhalten Sie in diesem E-Learning zahlreiche Tipps für erfolgreiches selbstorganisiertes Lernen. Sie lernen, wie Sie Ihren Lernbedarf erkennen und aus diesem Lernziele sowie Lerninhalte ableiten können. Darüber hinaus setzen Sie sich damit auseinander, wie Sie geeignete Lernquellen auswählen und lernförderliche Rahmenbedingungen schaffen können. Außerdem erfahren sie, wie Sie gemeinsam mit anderen produktiv lernen können und Ihren Lernprozess abschließend bewerten können.

ZIELGRUPPE

Mitarbeitende und Führungskräfte, die mit Freude und Wirksamkeit das Potenzial des selbstorganisierten Lernens für sich nutzen wollen

IHR NUTZEN

- Sie kennen die wesentlichen Elemente eines Lernprozesses.
- Sie können den eigenen Lernbedarf herausfinden.
- Sie können smarte Lernziele formulieren und Lerninhalte ableiten.
- Sie können geeignete Lernquellen auswählen.
- Sie können Ihren eigenen Lernprozess bewerten.
- Sie können individuelle Rahmenbedingungen für das Lernen schaffen.

ZUSÄTZLICHE PREISINFORMATIONEN

Ab 100 Lernenden bieten wir Sparkassen dieses E-Learning zu einem Pauschalpreis an. Wir beraten Sie gerne!

TERMIN(E)

Jederzeit starten mit just e-learn!

DAUER

1,5 Stunden

PREIS

50,00 €
Preis je Lerner/-in, Pauschalpreis ab 100 Lernenden

KONTAKT

ANMELDUNG



Carolin Nalazek
0231 22240-537
carolin.nalazek@ska.nrw

INHALTE



Stephanie Kolhosser
0231 22240-737
stephanie.kolhosser@ska.nrw

Programm/Inhalt

Das E-Learning enthält diese Kapitel:

Heute schon gelernt?

Was ist selbstorganisiertes Lernen?

Den eigenen Lernbedarf erkennen

Auch Lernziele können smart sein

Die passenden Lernquellen auswählen

Tipps für ideale Lernbedingungen

Fünf Prinzipien für erfolgreiches Lernen

Selbstorganisiert lernen = alleine lernen?

Den Lernprozess überprüfen und bewerten

Gute Fehlerkultur leben (E-Learning)

Fast die Hälfte aller deutschen Arbeitnehmer fürchtet negative Konsequenzen bei Misserfolg. Wen wundert es da, dass versucht wird, Fehler mit aller Macht zu vermeiden und im schlimmsten Fall sogar zu vertuschen. Doch wo Scheitern zum Tabu wird, ist kaum noch Raum für persönliche Entwicklung, Kreativität und Innovation. Wie Fehler nicht nur als Stolpersteine, sondern mehr als Chancen begriffen werden können, bringt dieses E-Learning näher.

ZIELGRUPPE

Mitarbeitende und Führungskräfte, die eine gute Fehlerkultur für sich und andere leben und fördern wollen

IHR NUTZEN

In diesem E-Learning erfahren Sie:

- wie Sie **konstruktiver** mit Fehlern umgehen– mit eigenen wie mit denen der anderen.
- wie Sie der Versuchung widerstehen, die **Schuld bei anderen zu suchen.**
- warum **schnell scheitern cleverer** ist.

ZUSÄTZLICHE PREISINFORMATIONEN

Ab 100 Lernenden bieten wir Sparkassen dieses E-Learning zu einem Pauschalpreis an. Wir beraten Sie gerne!

TERMIN(E)

Jederzeit starten mit just e-learn!

DAUER

45 Minuten

PREIS

40,00 €
Preis je Lerner/-in, Pauschalpreis ab 100 Lernenden

KONTAKT

ANMELDUNG



Carolin Nalazek
0231 22240-537
carolin.nalazek@ska.nrw

INHALTE



Stephanie Kolhosser
0231 22240-737
stephanie.kolhosser@ska.nrw

Programm/Inhalt

Welcher Fehlertyp bist Du?

Irrtum 1: "Ich mache nie Fehler!"

Irrtum 2: "Nicht mein Bier!"

Irrtum 3: "Das konnte ja keiner ahnen!"

Irrtum 4: "Wer A sagt, muss auch B sagen!"

Irrtum 5: "Der Müller war´s!"

Irrtum 6: "Das will genau geplant sein!"

6 Impulse für eine heitere Fehlerkultur

Das Wichtigste auf einen Blick

Lernstrategien: Methodenkoffer für selbstorganisiertes Lernen (E-Learning)

Wirkungsvolle Strategien für selbstorganisiertes Lernen im Berufsalltag

Mithilfe von Lernstrategien können Merk- und Lernprozesse zielführend gesteuert werden. Dieses E-Learning stellt eine Reihe an Lernstrategien vor, die auf lernpsychologischer Forschung basieren und ganz unterschiedlichen Lernzielen dienen – vom klassischen Auswendiglernen über das Vertiefen und Strukturieren von Wissen bis hin zur effizienten Nutzung von informativen Texten und eigenen Notizen.

ZIELGRUPPE

Mitarbeitende und Führungskräfte, die ihr volles Lernpotenzial mit wirkungsvollen Methoden genießen wollen

IHR NUTZEN

In diesem E-Learning lernen Sie, wie Sie wirkungsvoll:

- Lerninhalte mit Mnemotechniken aufnehmen, sich einprägen und später sicher abrufen,
- Neues und bestehendes Wissen mit Elaborationsstrategien vertiefen,
- Wissen auf das Wesentliche reduzieren und strukturieren,
- Wissensvermittelnde Texte effizient lesen und bearbeiten und
- hilfreiche Notizen anfertigen.

ZUSÄTZLICHE PREISINFORMATIONEN

Ab 100 Lernenden bieten wir Sparkassen dieses E-Learning zu einem Pauschalpreis an. Wir beraten Sie gerne!

TERMIN(E)

Jederzeit starten mit just e-learn!

DAUER

1,25 Stunden

PREIS

50,00 €
Preis je Lerner/-in, Pauschalpreis ab 100 Lernenden

KONTAKT

ANMELDUNG



Carolin Nalazek
0231 22240-537
carolin.nalazek@ska.nrw

INHALTE



Stephanie Kolhosser
0231 22240-737
stephanie.kolhosser@ska.nrw

Programm/Inhalt

Merken und abrufen - die Tricks der Gedächtniskünstler

Vertiefen und verankern - stabile Wissensnetze knüpfen

Wissen strukturieren - das Chaos im Kopf beseitigen

Effizient lesen - Texte als Informationsquelle nutzen

Notizen machen - was kommt auf den Spickzettel

just e-learn-Package "Bereit für Neues Lernen" (E-Learning)

Sind Sie bereit für Neues Lernen? In einer sich rasant verändernden Arbeitswelt sind kontinuierliche Weiterbildung und Anpassungsfähigkeit unerlässlich. Das just e-learn-Package „Bereit für Neues Lernen“ bietet die Werkzeuge und Strategien, um Ihre Lernkultur zu transformieren und sich optimal auf die Herausforderungen der Digitalisierung und dynamischer Veränderungen vorzubereiten. Erleben Sie, wie positives Lernen nicht nur Ihre persönliche Entwicklung fördert, sondern auch positiven Einfluss auf die Zusammenarbeit im Team hat.

ZIELGRUPPE

Mitarbeitende, Führungskräfte und Personalentwickelnde, die sich digital, schnell und kompakt bereit machen wollen für Neues Lernen in einer modernen, dynamischen Arbeitswelt

IHR NUTZEN

Die wichtigsten aktuellen Themen im Bereich **"Bereit für Neues Lernen"** für Sie zusammengestellt.

- **#1 digital**:
  E-Learning-Module ganz einfach mit dem Smartphone, Tablet oder Desktop nutzen. Zu beliebiger Zeit, an jedem Ort.
- **#2 schnell**:
  Neues Wissen schnell verbreiten, ohne Terminplanung. Einfach das just e-learn Package für Ihre Zielgruppe buchen und loslegen.
- **#3 kompakt**:
  Mit E-Learning-Modulen kompakte Lerneinheiten bieten und Impulse zu relevanten Fragen setzen.

ZUSÄTZLICHE PREISINFORMATIONEN

Ab 100 Lernenden bieten wir Sparkassen dieses E-Learning-Package zu einem Pauschalpreis an. Wir beraten Sie gerne!

TERMIN(E)

Jederzeit starten mit just e-learn!

DAUER

5 Stunden

PREIS

75,00 €
Preis je Lerner/-in, Pauschalpreis ab 100 Lernenden

KONTAKT

ANMELDUNG



Carolin Nalazek
0231 22240-537
carolin.nalazek@ska.nrw

INHALTE



Stephanie Kolhosser
0231 22240-737
stephanie.kolhosser@ska.nrw

Programm/Inhalt

Das Package enthält 5 E-Learning-Module aus dem Themenbereich "Bereit für Neues Lernen"

1. **58.227 Lernstrategien: Methodenkoffer für selbstorganisiertes Lernen**
2. **58.231 Nachhaltig lernen mit E-Learning**
3. **58.232 Erfolgsgeheimnis Lernkultur**
4. **58.233 Selbstorganisiert lernen**
5. **58.234 Gute Fehlerkultur leben**

Wir beraten Sie gerne persönlich zu Ihren Fragen und zur Buchung dieses Angebotes

Mental Health: Achtsam handeln im Arbeitsalltag (E-Learning)

Psychische Erkrankungen von Erwerbstätigen sind häufig, verursachen viel Leid bei den Betroffenen und führen zu hohen wirtschaftlichen Verlusten. Dieses E-Learning zeigt Möglichkeiten auf, das Arbeitsleben so zu gestalten, dass das Risiko psychischer Probleme minimiert und gesund leben und arbeiten gefördert werden.

ZIELGRUPPE

Mitarbeitende, die ihre psychische Gesundheit im Berufsleben präventiv schützen wollen

IHR NUTZEN

- Sie verstehen ressourcenorientierte Gesundheitskonzepte.
- Sie kennen die Bedeutung von sozialen Netzwerken sowie Kollegen und Kolleginnen für die psychische Gesundheit.
- Sie verstehen das Konzept der Achtsamkeit und nutzen entsprechende Übungen.
- Sie kennen den eigenen Einfluss auf die psychische Gesundheit und können entsprechend handeln.

ZUSÄTZLICHE PREISINFORMATIONEN

Ab 100 Lernenden bieten wir Sparkassen dieses E-Learning zu einem Pauschalpreis an. Wir beraten Sie gerne!

TERMIN(E)

Jederzeit starten mit just e-learn!

DAUER

1,25 Stunden

PREIS

50,00 €
Preis je Lerner/-in, Pauschalpreis ab 100 Lernenden

KONTAKT

ANMELDUNG



Carolin Nalazek
0231 22240-537
carolin.nalazek@ska.nrw

INHALTE



Stephanie Kolhosser
0231 22240-737
stephanie.kolhosser@ska.nrw

Programm/Inhalt

Ein globales Problem: Risiken für psychische Erkrankungen

Stressoren und Ressourcen

Gemeinsam gesund

Achtsam bleiben

Veränderungen als Chance sehen (E-Learning)

Veränderungen gehören zum Leben, sei es im Beruf, im sozialen Umfeld oder durch kulturelle und politische Entwicklungen. Dieses E-Learning hilft, die verschiedenen Aspekte von Veränderungen zu verstehen. Außerdem enthält es praktische Tipps und Tools, um erfolgreich mit dem Wandel umzugehen und die persönliche Resilienz zu stärken.

ZIELGRUPPE

Mitarbeitende und Führungskräfte aller Bereiche, die erfolgreich mit Veränderungen umgehen und ihre Resilienz gegenüber Veränderungen stärken wollen.

IHR NUTZEN

- Sie verstehen, warum Veränderungen für die meisten von uns so schwierig sind.
- Sie wissen, wie Sie die Transformation leichter annehmen und als Chance nutzen können.
- Sie finden Möglichkeiten, wie Sie resilienter gegenüber dem Wandel werden.

ZUSÄTZLICHE PREISINFORMATIONEN

Ab 100 Lernenden bieten wir Sparkassen dieses E-Learning zu einem Pauschalpreis an. Wir beraten Sie gerne!

TERMIN(E)

Jederzeit starten mit just e-learn!

DAUER

30 Minuten

PREIS

30,00 €
Preis je Lerner/-in, Pauschalpreis ab 100 Lernenden

KONTAKT

ANMELDUNG



Carolin Nalazek
0231 22240-537
carolin.nalazek@ska.nrw

INHALTE



Stephanie Kolhosser
0231 22240-737
stephanie.kolhosser@ska.nrw

Programm/Inhalt

Warum sind Veränderungen schwierig?

Wie kann ich Veränderungen leichter annehmen?

Wie stärke ich meine Resilienz?



DIE BUSINESS SCHOOL

Zertifizierte Weiterbildung zum Fach- oder Betriebswirt

Die Business School bietet zertifizierte Weiterbildungen zu Fach- oder Betriebswirten an. 100 % online und gleichzeitig persönlich betreut. Flexibel nach Deinen Wünschen, berufsbegleitend und europaweit auf Bachelor- und Master-Programme anrechenbar. Als Label der Sparkassenakademien Nordrhein-Westfalen verfügen wir über fundierte Erfahrungen in der Aus- und Weiterbildung – über 5.000 zufriedene Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben mit uns schon ihre beruflichen Perspektiven verbessert.

Informiere Dich über unsere berufsbegleitenden Weiterbildungsangebote.

IHRE ANSPRECHPARTNER/-INNEN



Rabea Hesse
Bildungsberaterin Business School

0231 22240-712
bs@ska.nrw



Nathalie Mädje
Bildungsberaterin Business School

0231 22240-757
bs@ska.nrw



Liane Stach
Bildungsberaterin Business School

0231 22240-792
bs@ska.nrw



Laura Freiin von Eerde
Bildungsberaterin Business School

0231 22240-795
bs@ska.nrw



TAGUNGSZENTRUM HÖRDER BURG

Ob in Präsenz, digital oder hybrid: Mieten Sie unsere Räume für Ihre Veranstaltung

Kongress, Besprechung, Seminar, Workshop oder eigene Schulung für die Mitarbeitenden? Wir bieten Ihnen den passenden Raum für Ihre Veranstaltung.

Sie planen eine Online-Veranstaltung durchzuführen? Mit uns haben Sie den richtigen Partner an Ihrer Seite: Unsere digitalen Räume und hausinternes Studio bieten Ihnen die optimale Basis für Ihre digitale Veranstaltung. On top übernehmen wir für Sie auf Wunsch die professionelle Begleitung Ihrer Veranstaltung durch „Co-Moderatoren“, die Schulung Ihrer Dozenten, das gesamte Teilnehmermanagement, die inhaltliche Konzeption Ihrer Veranstaltung und vieles mehr.

Für Veranstaltungen in Präsenz erwarten Sie in dem exklusiven Gebäudeensemble der Hörder Burg mit direktem Seeblick über 40 hochmoderne Seminar- und Tagungsräume mit einmaligem Flair. Ein auf Ihre Bedürfnisse abgestimmtes Catering sowie hochprofessionelle Organisationsabläufe und maßgeschneiderte Rahmenprogramme runden unser Angebot perfekt ab.

Gern kombinieren wir auch das Raumangebot für Sie und führen Ihre Veranstaltung hybrid durch. Dabei ist ein Teil des Publikums physisch vor Ort, die weiteren Teilnehmer sind digital hinzugeschaltet. Der Vorteil: Das Online-Publikum wird aktiv in die Präsenz-Veranstaltung mit einbezogen und alle Teilnehmenden können in Echtzeit miteinander interagieren und in Kontakt treten.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Unser Veranstaltungsmanagement berät Sie gern persönlich zu Ihrem individuellen Angebot.

IHRE ANSPRECHPARTNER/-INNEN



Antonia König
Veranstaltungsmanagement

0231 22240-744
antonia.koenig@ska.nrw



Andreas Gaida
Veranstaltungsmanagement

0231 22240-722
andreas.gaida@ska.nrw



MITTELSTANDSCAMPUS NRW

Der Mittelstand bildet das Herz der deutschen Wirtschaft

Der MittelstandsCampus NRW, eine Marke der Sparkassenakademie NRW, bietet mittelständischen Unternehmen vielfältige Bildungsangebote und Inhouse-Beratungen für zentrale Themen an, wie zum Beispiel:

· Nachhaltigkeit,
· Digitalisierung und
· Arbeitgeberattraktivität – Führung.

Ein exklusives Kooperationsnetzwerk, beispielsweise mit der Universität Witten/Herdecke oder der Hochschule für Finanzwirtschaft und Management, sichert zusammen mit unserer fundierten Erfahrung die Qualität der hochwertigen sowie einzigartigen Workshops, Bildungsformate und Beratungsleistungen.

Neben unseren digitalen Veranstaltungen begrüßen wir Sie und Ihre Mitarbeiter/-innen zudem in unserem Tagungszentrum Hörder Burg in einem einmaligen Ambiente. Von unserer rund 700 Jahre alten „Burg“ haben Sie einen direkten Blick auf den Phoenix See in Dortmund. Ein Ort, der wie kein anderer für Transformation und Zukunftsfähigkeit steht.

IHR ANSPRECHPARTNER



Christian Overhage
Projektleiter Mittelstandscampus NRW

0231 22240-717
christian.
overhage@mittelstandscampus-
nrw.de

Lern- und Buchungsportal

Informieren Sie sich über unser Bildungsangebot.

Digitale Transformation