

# Programmablauf

## Persönlichkeitstraining: Das Selbstmanagement-Tool

Zentrum für Weiterbildung der Universität Zürich

| Zeit            | Thema  |                         |
|-----------------|--|-------------------------|
| 08.30–09.00 Uhr | Empfang mit Kaffee und Gipfeli   |                         |
| Vormittag       | <b>Einsteigen und Ankommen</b>   |                         |
|                 | <b>Nutzen und Grenzen von Selbstmanagement-Tools</b>   |                         |
|                 | <b>Wie wir funktionieren: Persönlichkeit und Verhaltensmuster</b>  |                         |
|                 | <b>Klar im Innen, wirksam im Aussen: Innere Konflikte als Ressourcen nutzen</b>  |                         |
|                 | Kaffee- und Kommunikationspause  |                         |
|                 | <b>Führen im Innen: Das „Haus der Vielfalten“ kennenlernen</b>   |                         |
| Nachmittag      | <b>Eigenen Mustern und Dynamiken auf die Spur kommen</b>   |                         |
|                 | 12.00–13.00 Uhr  | Gemeinsames Mittagessen |
|                 | <b>Führung im Innen: Die Rolle des inneren Chefs</b>   |                         |
|                 | <b>Eine persönliche Herausforderung mit dem „Haus der Vielfalten“ bearbeiten</b><br>(Stiller Prozess; Herausforderung und Resultat werden inhaltlich weder in Gruppen noch im Plenum besprochen) |                         |
| Nachmittag      | Kaffee- und Kommunikationspause  |                         |
|                 | <b>Prinzipien der Führung im Innen</b>   |                         |
|                 | <b>Integration und Transfer in den beruflichen und privaten Alltag</b>   |                         |
| 16.30 Uhr       | Seminarschluss   |                         |

### Veranstaltungsort

Zentrum für Weiterbildung der Universität Zürich  
Schaffhauserstrasse 228  
8057 Zürich  
www.zwb.uzh.ch

### Individualverkehr

Das Zentrum für Weiterbildung verfügt über ein eigenes Parkhaus. Weitere Parkgelegenheiten in unmittelbarer Nähe.

### Öffentlicher Verkehr

Tram Nr. 10 oder 14 ab Zürich HB oder Zürich Oerlikon bis zu den Haltestellen Hirschwiesenstrasse oder Berninaplatz. Erreichbar ab Zürich HB innerhalb von 15 Min.

