



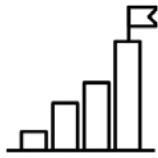
[Univ. Prof. Armin Kreuzthaler](#)  
[Nina Nentwig, MA, BA](#)

+43 (0)316 380 7357

[armin.kreuzthaler@uni-graz.at](mailto:armin.kreuzthaler@uni-graz.at)



# Strategien zum Selbstmanagement und unternehmerisches Denken



## Lernziel

Die Studierenden erhalten Erkenntnisse über ihre Optimierungs-Potenziale für ihr Planungs- und Zielerreichungsverhalten. Es werden Inputs zu Hintergründen und Ursachen typischer Verhaltensweisen gegeben. Die Erkenntnisse aus der Lehrveranstaltung dienen als Basis für die Formulierung von Maßnahmen auf dem individuellen Entwicklungsplan.



## Wichtigsten Inhalte

- Begriff Selbstmanagement, Beeinflussungs-Potenziale
- Stress
- Entscheidungsverhalten
- Selbstmanagement-Survey
- Motivatoren des individuellen Handelns
- Individuelle Lebens- und Arbeitsenergie
- Modelle für erfolgreiche Zielerreichung
- Entwicklungsplan und Entwicklungs-Coaching



## Lernziel-Überprüfung

Anwesenheit und aktive Teilnahme an den LV-Terminen

Teilnahme am Survey

Teilnahme am Entwicklungs-Coaching

Reflexionsbericht zur Lehrveranstaltung