

Inhalte

■ Selbst- und Zeitmanagement im Baubetrieb

Baustellenführungskräfte > Soft Skills > Selbst- und Zeitmanagement im Baubetrieb

Termin 09.04.2026 - 09.04.2026

Veranstaltungsort BAU ABC Mellendorf · Schaumburger Straße 14 · 30900 Wedemark

Lehrgangsgebühr 445,00

Zielgruppe Fach- und Führungskräfte aus der Bauwirtschaft **Inklusivleistungen** Seminarunterlagen, Mittagessen, Getränke

1. Methoden der Selbstorganisation

- Zielgerichtetes Arbeiten

- Setzen der richtigen Prioritäten, rationelles Vorgehen
 Notwendigkeit und Möglichkeit der Tagesplanung
- Berücksichtigung wahrscheinlicher Abweichungen
- 2. Wahrnehmung, Klarheit in Stresssituationen
- Hektik als Folge von Stress- Probleme bei Kommunikation und Kooperation
- Selbsterzeugter Stress
- Bewältigung von Stress Dritter
- 3. Methoden zur Bewältigung des individuellen Stress
- Negativen Druck, Spannung, Blockaden abbauen
- Mit Kopf und Gefühl gegen Stress: Rational-emotives Training
- Progressive Muskelentspannung
- Autogenes Training zum Schnuppern
- 4. Effizienz bei Informationsaufnahme und -weitergabe
- Beherrschung der Fragetechnik
- Die Kunst des aktiven Zuhörens
- Ablaufsichere Verankerung von Informationen
- 5. Notwendigkeit, Chancen, Probleme der Delegation
- Das Erfordernis der Delegation
- Widerstände bei sich und dem Mitarbeiter
- Delegation, Kontrolle, Rückmeldung
- 6. Konkrete Vorsätze für kurz- und langfristiges Delegieren

MethodikTheorielehrgangAnmeldeschluss26.03.2026

Zertifikat • Trägerzertifikat

Anmeldungen erfolgen grundsätzlich nur online unter www.bauakademie-nord.de

Ansprechpartner:in zum Seminar

Ioana Toma

BAU-Akademie Nord

4 05130 - 9773-18

™ toma@bauabc.de

Information zur Anmeldung

Susanne Nührmann

BAU-Akademie-Nord

4 0421 - 20349-128

■ info@bauakademie-nord.de