



cordula nussbaum
journalistin · trainerin · coach

Die Dozentin

Cordula Nussbaum

Cordula Nussbaum beschäftigt sich seit Jahren intensiv mit erfolgreichem Selbst-, Zeit- und Teammanagement, sowie (Selbst-)Marketing.

Die langjährige Wirtschaftsjournalistin ist mehrfache Buch-Autorin zu diesen Themen und gefragte Expertin in den Medien (z.B. Pro Sieben, Bayern 3, FAZ, SZ). Ihr mitreißender und praxisnaher Workshop-Stil sowie ihr fundiertes Fachwissen begeistern seit vielen Jahren Teilnehmer in offenen Seminaren, Inhouse-Trainings, Vorträgen und Coaching. Die Referentin zählt zu den „TOP 100 Excellent Speaker“.

Sie ist anerkannt als „Professional Speaker“ in der German Speakers Association und Mitglied im Forum Werteorientierung in der Weiterbildung.

Als Expertin unterstützt sie bereits die Mitarbeiter namhafter Konzerne und Organisationen wie z.B. GE Healthcare, Siemens, Daimler AG, Elisabeth Arden, Etienne Aigner, KarstadtQuelle Finanzservice.

Cordula Nussbaum ist

- langjährige freie Wirtschaftsjournalistin (Schwerpunkt Marketing, u.a. für FOCUS, Wirtschaftswoche, W&V)
- zertifizierter Coach
- ausgebildete Trainerin (Suggestopädin)
- lizenzierter TMS®-Supervisor und somit ausgebildet verschiedene Präferenz-Typen zu bestimmen
- lizenzierter HBDI®-Trainer und somit ausgebildet verschieden Denkstil-Typen zu bestimmen.



Von Cordula Nussbaum sind erschienen

- „Organisieren Sie oder leben Sie schon? Zeitmanagement für kreative Chaoten“ (auch als Hörbuch erhältlich)
- „Abenteuer Familien-Alltag“, Hörbuch
- „300 Tipps für mehr Zeit“
- „Familien-Alltag sicher im Griff“
- „Die 100 häufigsten Fallen nach der Existenzgründung“
- zahlreichen Veröffentlichungen in Fach- und Publikumsmedien



Seminar Beschreibung 2-tägiger Power-Workshop

Zeit- und Prioritätenmanagement für kreative Chaoten (und Systematiker)

Haben Sie öfters das Gefühl, dass Ihr Tag zu kurz ist, um alles zu erledigen, was Sie erledigen wollen? Fühlen Sie sich zunehmend gestresst und müde von all den Dingen, die Sie beruflich und privat stemmen müssen. Und Zeit für sich selbst ist ein Fremdwort für Sie? Vielleicht haben Sie schon mal ein Seminar zum Thema „Zeitmanagement“ besucht, oder entsprechende Bücher gelesen? Doch nach wenigen Tagen überrollten die Dinge Sie schon wieder?

Freuen Sie sich auf einen Aha-Effekt. Denn wie wir mit unserer Zeit und Aufgaben umgehen, hat viel damit zu tun, ob wir eher von der linken Gehirnhälfte (Fakten, Zahlen, Systematik) oder der rechten Gehirnhälfte (Bilder, Spontaneität, Gefühle) gesteuert sind. Viele Menschen beißen sich an den Regeln des klassischen Zeitmanagements die Zähne aus. Dabei brauchen sie nur kreativere und spielerische Wege, um sich und ihre Zeit dauerhaft und mit Erfolg zu organisieren.

Erfahren Sie in diesem von Cordula Nussbaum exklusiv entwickelten 2-tägigen Power-Seminar, wie Sie „ticken“ und mit welchen Hilfsmitteln und Strategien Sie künftig besser und kompetenter mit Ihrer wertvollen Lebenszeit umgehen können.

- Inhalte**
- Grundlagen des Selbst- und Zeitmanagements
 - ausführliche HBDI ©-Denkstil-Analyse: von welcher Gehirn-Hälfte werden Sie überwiegend gesteuert?
 - Was bedeutet das für Ihren Umgang mit sich selbst und Ihrer Zeit?
 - Wie können Sie dieses als Stärken für sich nutzen?
 - Das Geheimnis richtiger und freudvoller Planung
 - Bedeutung und Wirkung von Zielen und Visionen
 - Welche konkreten Ziele wollen Sie erreichen? (Lang-, mittel- und kurzfristig)
 - Raus aus der Dringlichkeitsfalle:
Wichtiges erkennen lernen und Raum dafür schaffen
 - Zeitdiebe erkennen und unschädlich machen
 - Umgang mit Störungen, Email-Knigge, Meeting-Kultur
 - Mit Spaß eine kreative Ordnung schaffen und Arbeitsabläufe optimieren
 - Delegieren leicht gemacht

Zusatznutzen Im Rahmen des zweitägigen Workshops lernen die Teilnehmer die wichtigsten Tools für ein effektives und erfolgreiches Selbst- und Zeitmanagement kennen. Sie sehen anhand einer vorab durchgeführten Denkstil-Analyse (H.B.D.I. ©), welche Stärken und Arbeitspräferenzen sie haben, und wie sie mit Hilfe dieser Stärken sich und ihre Aufgaben besser organisieren können. Das zugrunde liegende Modell (H.B.D.I. ©) gibt dabei wertvolle Hinweise auf die Organisation der eigenen Person, sowie der Arbeitsorganisation in den jeweiligen Teams.

Zielgruppe Führungskräfte, Unternehmer, Angestellte, Freiberufler und alle Berufstätige, die mehr Ruhe und Zufriedenheit in ihren Alltag bringen wollen und öfters mit dem guten Gefühl in den Feierabend gehen möchten, heute geschafft zu haben, was sie schaffen wollten.

Methoden & Gruppen-Stärke Kurze Trainer-Inputs, Fallbeispiele, Übungen, Feedbackrunden, Reflexionen, Einzel- und Gruppenarbeit. Wir arbeiten in Kleingruppen von 5 bis maximal 12 Leuten. Somit entsteht ein nachhaltiger Coaching-Effekt. Das heißt, wir arbeiten intensiv und interaktiv an Ihren persönlichen Fragestellungen.

Ort & Dauer Abseits des Alltag-Trubels in einem wunderschön gelegenen Schlosshotel südlich von München inmitten von grünen Wiesen mit Seeblick (Bahn-Bereich). Dies ermöglicht eine konzentrierte und intensive Arbeit an Ihren persönlichen Herausforderungen. Übernachtungsmöglichkeit kann vorab von den Teilnehmern gebucht werden. Mehr Infos und eine Anfahrtsskizze erhalten Sie mit Ihren Anmeldeunterlagen, Dauer: 2 Tage. Aktuelle Termine finden Sie auf der Website.

**Teilnehmer-Stimmen aus den
Zeitmanagement-Seminaren**

„Vielen Dank noch einmal von uns an Sie, für die wirklich interessanten und „erhellenden“ zwei Tage. Wir haben gerade heute, bei unserer Strategierunde auf Mallorca, wieder darüber diskutiert, was es uns gebracht hat. Der Tenor ist durchweg positiv!!! Wir möchten das Thema gern vertiefen und vor allem weiter führen.“

Michael Wendel, Vorstand CONTOR Deutschland, Hamburg

„Ich bin nach wie beeindruckt davon, wie nachhaltig mir einige der erlernten „Shortcuts“ in meinem Gedächtnis geblieben sind. Die Gesamtwirkung auf mich war entscheidend: eine kompetente und sehr sympathische Trainerin, tolle Atmosphäre, strukturierter Ablauf, brauchbare Tools und keineswegs am beruflichen Alltag vorbei. Dabei wurde häufig der Nagel auf den Kopf getroffen. Nach all meinen vorhergehenden Erfahrungen - ein Thriller - und sehr zu empfehlen.“

Ingrid Robert, GE Healthcare Solingen

Anmeldung

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung per Mail an:
info@kreative-chaoten.com oder online mit diesem
Anmeldeformular

**Sie haben noch Fragen oder
wünschen zusätzlich
Informationen?**

Am schnellsten erreichen Sie mich per Mail unter info@kreative-chaoten.com oder telefonisch unter 08104 62 93 43-0. Natürlich können Sie alle Themen der Seminare auch im persönlichen Coaching auf Ihre Belange maßschneidern. Rufen Sie mich an oder schicken Sie ein Mail und wir vereinbaren einen Termin für ein kostenloses und unverbindliches Vorgespräch. Ich freue mich auf Sie.

