

Zukunftskompetenz: Persönliche Weiterentwicklung

Zeit- & Selbstmanagement · Anbieter: IU Akademie IU Internationale Hochschule

FÖRDERUNG & KOSTEN

Kurspreis: auf Anfrage

Förderfähig über: Bildungsgutschein

AZAV-zertifizierter Bildungsträger — Förderung durch die Agentur für Arbeit möglich

Kursdaten auf einen Blick

Durchführung	Online
Lernformat	Self-Paced
Dauer	2 Monate in Vollzeit oder 4 Monate in Teilzeit
Unterrichtssprache	Deutsch
Kursstart	Startet alle 14 Tage
Vorkenntnisse	Keine Vorerfahrung
Abschluss	Zeugnis auf Hochschulniveau
Inklusive	Berufскоaching, Notebook / Tablet (geliehen)

Bildungsträger & Kontakt

IU Akademie IU Internationale Hochschule

Juri-Gagarin-Ring 152, 99084 Erfurt

Telefon: 030 22027283

E-Mail: weiterbildung@iu-akademie.de

Web: <https://www.iu-akademie.de>



Kurs online ansehen

01

Kursbeschreibung

Setze neue Maßstäbe in Deinem persönlichen und beruflichen Wachstum mit der Weiterbildung Zukunftskompetenz: Persönliche Weiterentwicklung. Du lernst, wie Du durch Self-Leadership Deine Stärken erkennen und ausbauen kannst. Lebenslanges und digitales Lernen bilden die Säulen Deiner persönlichen Entwicklung. Diese Weiterbildung unterstützt Dich dabei, Selbstorganisation und effektive Lernstrategien zu entwickeln und im digitalen Wandel sicher zu navigieren. Mit der Weiterbildung Zukunftskompetenz: Persönliche Weiterentwicklung wirst Du zum Architekt:in Deiner eigenen Karriere. Du bekommst praxisnahe Methoden, die Dir helfen, Deine Selbstführung zu stärken und Anpassungsfähigkeit zu fördern. Diese Fähigkeiten sind in dynamischen Arbeitsumfeldern sowie für Deine persönliche Entfaltung unverzichtbar. Erlebe die Transformation und baue Deine Zukunft mit technischen und persönlichen Kompetenzen aus, die weit über klassische Weiterbildung hinausgehen.

02

Lehrplan & Module

1. Self-Leadership: Kompetenzen und Praktiken

In einer Welt, die von ständigem Wandel und vielfältigen Herausforderungen geprägt ist, ist es entscheidend, die eigenen Fähigkeiten zur Selbstführung und persönlichen Entfaltung zu stärken. Um dies zu erreichen, sind verschiedene Schlüsselbereiche wesentlich; dazu gehören Selbstreflexion, Emotionale Intelligenz, Zeitmanagement, Stressbewältigung, Kommunikation und Umgang mit Kritik, Beziehungsaufbau sowie Übernahme von Selbstverantwortung. Ziel ist es, die persönlichen Stärken als Ressourcen zu erkennen und diese bei der Umsetzung der eigenen Ziele systematisch zu nutzen.

Kursinhalte

Selbstreflexion und Ziele setzen Selbstanalyse und Bewertung der eigenen Stärken und Schwächen

Bedeutung von Zielen für die persönliche Entwicklung

Realistische und motivierende Ziele

Selbstreflexion, Fortschrittsüberprüfung und Zielanpassung

Emotionale Intelligenz Selbstwahrnehmung und Achtsamkeit

Selbstregulierung

Motivation

Empathie

Soziale Fähigkeiten

Zeitmanagement Zeitplanungstechniken

Identifikation von Prioritäten und Fokusbereichen

Vermeidung von Prokrastination

Bewältigung von Zeitdruck

Stressbewältigung und Resilienz Stressoren und ihre Auswirkungen auf die Leistungsfähigkeit

Stressbewältigung und Entspannungstechniken

Work-Life-Balance und Strategien zur Vermeidung von Burnout

Umgang mit Unsicherheit, Rückschlägen und Herausforderungen

Aufbau von Resilienz und Entwicklung eines Growth-Mindset

Beziehungsaufbau und Kommunikation Umgang mit Kritik und Lernfähigkeit

Konfliktmodell und Konflikttypen

Gewaltfreie Kommunikation

Entscheidungsfindung und Selbstverantwortung Fähigkeit zur Entscheidungsfindung

Verantwortung für das eigene Handeln

Fakten zum Modul: Niveau: Bachelor · Unterrichtssprache: Deutsch · 5 ECTS-Punkte · Modulprüfung:

Fallstudie

2. Lebenslanges und digitales Lernen: Kompetenzen und Praktiken

In einer sich schnell wandelnden Welt, in der technologische Fortschritte und globale Vernetzung den Alltag prägen, ist lebenslanges Lernen nicht nur eine Bereicherung, sondern eine Notwendigkeit. In diesem Kurs lernen Studierende grundlegende Konzepte und Institutionen lebenslangen Lernens kennen und werden mit den persönlichen Voraussetzungen für das lebenslange Lernen vertraut gemacht. Sie erfahren, wie sie ein Growth Mindset entwickeln, das ihre Lern-, Zukunfts- und Gestaltungskompetenz stärkt, und wie sie Lernstrategien und Techniken wirkungsvoll für das eigene Lernen und zur Prüfungsvorbereitung einsetzen sowie digitale Werkzeuge und Medien effektiv nutzen. Zudem bietet der Kurs praktische Anleitungen zur Förderung erfolgreicher Kommunikation und Zusammenarbeit in digitalen Lernumgebungen. Abschließend werden Studierende befähigt, verantwortungsvoll in einer digitalen und vernetzten Welt zu handeln, indem sie globale Perspektiven einnehmen und ethische sowie nachhaltige Praktiken anwenden. Der Kurs ist damit ein Wegweiser, um die Herausforderungen moderner Bildungskontexte zu meistern und die eigene persönliche und berufliche Entwicklung kontinuierlich voranzutreiben.

Kursinhalte

Lernen für eine neue Welt, in einer neuen Welt Bedeutung und Notwendigkeit

Konzepte und Institutionen

Persönliche, berufliche und allgemeine Weiterbildung und Entwicklung

Persönliche Voraussetzung für lebenslanges Lernen Growth Mindset für mehr Zukunfts- und

Gestaltungskompetenz

Motive und Motivationen

Kritisches Denken und Reflektieren

Kreatives Problemlösen und Entscheiden

Persönliche Standortbestimmung und Entwicklungsideen

Strategien und Techniken für effektives Lernen und zur Prüfungsvorbereitung Selbstmanagement und eigenverantwortliches Lernen

(Neuro-) Biologisch fundierte Tipps für erfolgreiches Lernen

Methoden und Strategien zur Steigerung der Lerneffizienz

Techniken zur Prüfungsvorbereitung und Stressmanagement

Eigene Lernstrategien überprüfen und optimieren

Lernen mit digitalen Werkzeugen und Medien Medienkompetenz und technische Tools

E-Learning und agile Lernformate

Lernen mit künstlicher Intelligenz

Tipps für effektives digitales Lernen

Digitale Tools und Medien für eigene Lernvorhaben

Kommunikation und Zusammenarbeit in digitalen Lernumgebungen Soziales Lernen im digitalen Raum

Effektive digitale Kommunikation und Zusammenarbeit

Tools und Plattformen zur Unterstützung kollaborativer Projekte

Best Practices für Lernen in Lerngemeinschaften und Netzwerken

Strategien, Tools und Techniken für digitales Lernen in Kollaboration

Verantwortungsvoll handeln in einer digitalen und vernetzten Welt Globale Perspektiven und interkulturelle Kompetenz

Ethik und Risikomanagement im digitalen Bildungsraum

Nachhaltigkeit und Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE)

Digitale Kluft und Zugänglichkeit

Selbst verantwortungsvoll handeln

Fakten zum Modul: Niveau: Bachelor · Unterrichtssprache: Deutsch · 5 ECTS-Punkte · Modulprüfung:

Workbook

03

Enthaltene Zertifikate

Trägerzertifikat: Zeugnis auf Hochschulniveau

04

Voraussetzungen

Vorkenntnisse

Niveau: Keine Vorerfahrung

Zulassungsvoraussetzung: gute Deutschkenntnisse auf B2-Niveau.

Die Weiterbildung ist auf dem inhaltlichen Niveau eines Bachelor Studiengangs. Eine Weiterbildung auf Bachelor-Niveau vermittelt grundlegende Kenntnisse und Fähigkeiten in einem bestimmten Fachbereich.

Technische Voraussetzungen

Laptop mit Internetzugang.

05

Zielgruppen & Berufsperspektiven

- Arbeitssuchende
- Fachkräfte

NÄCHSTER SCHRITT

Kursdetails online ansehen und Anbieter kontaktieren

IU Akademie IU Internationale Hochschule · Juri-Gagarin-Ring 152, 99084 Erfurt
030 22027283 · weiterbildung@iu-akademie.de · <https://www.iu-akademie.de>



[Online ansehen](#)