



# GESUNDES LEBEN

Wie Ernährung, Bewegung und Entspannung  
uns glücklich machen



## Lernversprechen

Sie lernen,

- › warum Sie sich auf die zweite Lebenshälfte freuen können
- › wie Sie vital und gesund bleiben
- › wie Sie durch das richtige Mindset, Bewegung, Ernährung und Entspannung Ihr Wohlbefinden mit Hilfe wissenschaftlicher Erkenntnisse steigern können
- › wie Sie durch Atmung und Bewegung körperlich und mental fit bleiben
- › wieso sogar Krisen Sie zufriedener und glücklicher machen können

## Management-Summary

Graue Haare, Falten, und das Kreuz schmerzt auch immer öfter – für die meisten Menschen ist Altern ein Schreckgespenst. Ab 40 Jahren, so denken viele, geht's bergab. Das Gegenteil ist der Fall. In diesem Kurs der ZEIT Akademie erfahren Sie, warum Sie in Ihrer zweiten Lebenshälfte vermutlich nur glücklicher und zufriedener werden. Ganz objektiv betrachtet ist diese Phase Ihres Lebens viel länger als Ihre Kindheit und Jugend - also sehen Sie sie als Chance, sich neuen Herausforderungen zu stellen und neue Dinge auszuprobieren. Denn Wohlbefinden ist nicht zwangsläufig an einen jugendlichen Körper gekoppelt. Die drei Säulen Ernährung, Bewegung und Entspannung können Sie bewusst nutzen, um sich fit zu halten und aus Krisen gestärkt hervorzugehen. Wie, erklärt Ihnen Prof. Dr. Tobias Esch, der schon lange auf diesem Feld forscht und mit seinem BERN-Modell darstellt, was es für ein gutes Leben braucht. Helfen können dabei praktische Übungen wie Achtsamkeits- und Meditationstraining, Bewegung und der Umgang mit anderen Menschen. Deswegen kommen in diesem Kurs auch inspirierende Personen zu Wort, die auf die ein oder andere Weise ihr Leben positiv gestalten.

## Aufbau

1. Was es heißt, alt zu werden
2. Meditation
3. Wie Sie gesund und glücklich alt werden
4. Achtsamkeitsübung
5. Was Sie für Ihre Gesundheit tun können
6. Yoga
7. Porträts des Alterns

## Dozent

**Prof. Dr. Tobias Esch** – Allgemeinmediziner, Neurowissenschaftler und Gesundheitsforscher. Professur für Integrative Gesundheitsversorgung und -förderung an der Universität Witten/Herdecke. Buchautor "Der Selbstheilungscode", "Mehr Nichts!" und "Die bessere Hälfte", gemeinsam mit Co-Autor Dr. Eckhardt von Hirschhausen.

## Zielgruppe

- › Alle, die ihre zweite Lebenshälfte positiv gestalten möchten
- › Alle, die wissenschaftliche Erkenntnisse zu den Themen Gesundheit und Zufriedenheit suchen
- › Menschen, denen das Alter bzw. der Alterungsprozess Angst macht
- › Menschen, denen das Thema Gesundheit am Herzen liegt
- › All jene, die ihr Glück und ihre Zufriedenheit selbst gestalten wollen

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von ca. 120 Minuten
- › Praktische Achtsamkeitsübungen, Meditationen und Yoga
- › Inspirierende Kurzporträts aus individuellen Lebenssituationen
- › Hochwertiges E-Booklet mit allen Inhalten, konkreten Übungen und Ideen für die Praxis als PDF-Download

## Über den Kurs

Der Video-Kurs mit Prof. Dr. Tobias Esch inkl. Praxiseinheiten erscheint im Dezember 2021.



# GUTE ENTSCHEIDUNGEN

Die Zukunft mit Methode gestalten



## Lernversprechen

Sie lernen,

- › welche Strategie in welcher Entscheidungsumgebung anzuwenden ist
- › wie ein Entscheidungsprozess aussehen kann
- › wann Sie künstliche Intelligenz und wann Sie Ihre eigene Intuition befragen sollten
- › »defensives Entscheiden« in Ihrer Organisation zu minimieren
- › eine gute Fehlerkultur im Unternehmen zu etablieren, um Lernen zu ermöglichen

## Management-Summary

Circa 20.000 Entscheidungen trifft jeder Mensch täglich. Nicht jede davon wird bewusst getroffen, sodass Pro und Contra abgewägt werden. Hemd oder Shirt anziehen? Das sind alltägliche, automatisierte Entscheidungen. Spannend wird es, wenn wir Gewohntes hinter uns lassen und die Anhaltspunkte zur Orientierung fehlen.

Wie gehen Sie als Verantwortliche\*r mit riskanten Entscheidungen um, die Auswirkungen auf Ihre Mitarbeiter\*innen oder das ganze Unternehmen haben? Wie vermeiden Sie »defensive Entscheidungen«, um Innovationen voranzubringen? Im Video-Kurs lernen Sie, erst die Entscheidungsumgebung zu definieren, um zur besten Lösung zu kommen. Erkenntnisse aus der Verhaltensforschung und der Organisationsentwicklung zeigen, wie Sie eine positive Fehlerkultur in Organisationen etablieren und welchen Stellenwert dabei Ihre eigene Intuition hat.

## Aufbau

1. Entscheidungen vorbereiten – Das richtige Umfeld definieren
2. Entscheidungen umsetzen – Die Unsicherheit durch Prozesse managen
3. Entscheidungen leben – Eine Fehlerkultur etablieren und fördern
4. Prof. Dr. Gerd Gigerenzer – Wie Sie die Kontrolle in der digitalen Welt behalten

## Dozenten

**Dr. Niklas Keller** – Gründungsmitglied von Simply Rational – Das Entscheidungsinstitut | **Prof. Dr. Gerd Gigerenzer** – Direktor vom Harding-Zentrum für Risikokompetenz der Universität Potsdam, Gründer und Gesellschafter von Simply Rational – Das Entscheidungsinstitut

## Zielgruppe

- › Fach- und Führungskräfte in Entscheidungspositionen

## Über den Kurs

Prof. Dr. Gerd Gigerenzer gilt als einer der einflussreichsten Psychologen der Welt, hier im Team mit Kursdozent Niklas Keller: »Gute Entscheidungen« ab November 2021.

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtspiellänge von ca. 90 Minuten
- › Reflexionsübungen
- › Tools und Quizfragen, die die Entscheidungsfindung unterstützen
- › Hochwertiges Booklet mit allen Kernaussagen, Leitsätzen und Tests als PDF-Download



# PSYCHOLOGIE DER VERHANDLUNG

Menschen verstehen. Mehr erreichen.



## Lernversprechen



Auch auf Englisch verfügbar!

Sie lernen,

- › wie Sie erfolgreich Verhandlungsziele setzen und erreichen
- › wie Sie sich selbst, die Gegenseite und die Verhandlungssituation optimal analysieren
- › wie Sie psychologische Prinzipien in der Verhandlung nutzen können
- › wie Sie Taktiken und Gegentaktiken für die erfolgreiche Verhandlung einsetzen
- › wie Sie einen Abschluss erzielen und ethische Überlegungen berücksichtigen

## Management-Summary

Beim effektiven Verhandeln steht der Mensch im Mittelpunkt. Deshalb ist dieser Video-Kurs eine Art Crashkurs in Psychologie – fokussiert auf Verhandlungen. Dazu werden die Verhandlungstaktiken und Gegentaktiken professioneller Verhandlungsführer\*innen offenlegt. Darüber hinaus geht es im Web-Based-Training um wichtige Fragen der digitalen Verhandlung, der Ethik und der Kunst, einen guten Abschluss zu erzielen. Der Kurs lebt von zahlreichen Beispielen aus dem Business-Umfeld und Übungen für Ihren Arbeitsalltag. Der Dozent Prof. Dr. Niels Van Quaquebeke liefert Ihnen das Handwerkszeug, um noch mehr für das eigene Unternehmen und auch für Sie selbst herauszuholen. Mit diesem Kurswissen können Sie in allen Lebenslagen punkten.

## Aufbau

- › **Über den Kurs**
- › **Grundlegende Modelle, um Verhandlungen besser zu verstehen**
- › **Vorbereitung der Verhandlung – Sich selbst, die andere Partei und die Situation**
- › **Psychologische Prinzipien in der Verhandlung nutzen**
- › **Effektive Verhandlungstaktiken**
- › **Techniken für Win-Win-Verhandlungen**
- › **Die Kunst eines guten Abschlusses**
- › **Ethische Überlegungen**
- › **Digitale Verhandlungen**

## Dozent

**Prof. Dr. Niels Van Quaquebeke**

Psychologe und Professor für Leadership und Organizational Behavior an der Kühne Logistics University Hamburg. Seine Forschung dort reicht von der Verbesserung der Führungsstrukturen in der humanitären Hilfe bis hin zur digitalen Substitution von Führung.

## Zielgruppe

- › Führungskräfte, bei denen Verhandlungen zum Alltag gehören
- › Mitarbeitende aus Bereichen, in denen viel verhandelt wird, wie Vertrieb und Einkauf
- › Alle, die mehr aus ihren Verhandlungen herausholen möchten

## Über den Kurs

Mit Menschenkenntnis zum Vertragsabschluss: »Psychologie der Verhandlung« ab Januar 2022 – auch auf Englisch.

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von ca. 305 Minuten
- › Hochwertiges Booklet mit allen Kernaussagen, Leitsätzen und Übungen als PDF-Download



ZEIT AKADEMIE

# OPTIMISMUS IM BUSINESS

Mit Freude mehr erreichen



## Lernversprechen

Sie lernen,

- › was die 5-Optimismus-Typen ausmacht und welcher davon ein Karriere-Garant ist
- › warum der sekundäre Optimismus Sie und Ihre Arbeitsweise vermutlich noch prägt
- › wie Sie mit einem positiven Selbstbetrug dem etwas entgegensetzen können
- › wie Sie Ihren Optimismus fördern und stabilisieren – z.B. durch die Gore-Tex-Mentalität
- › Tipps, um eine optimistische Arbeitskultur in Ihrer Organisation zu verbreiten

## Management-Summary

Realer Erfolg stimmt optimistisch. Wenn der Erfolg jedoch noch nicht eingetreten ist, dann hilft die feste Überzeugung, dass dieser sich in Zukunft einstellen wird. Optimistische Menschen beherrschen diese Weitsicht. Sie richten sich nämlich nach dem Leitsatz: »Hope for the best and care for the rest!«. Man tut eben etwas für seinen Erfolg. Optimisten sind fleißig, denn sie wissen, sie werden dafür belohnt. Erfahren Sie im Video-Kurs von Prof. Dr. Jens Weidner, warum die sogenannten Best-of-Optimisten zupacken. Sie lassen die Dinge nicht laufen, in der Hoffnung, dass sich alles zum Guten wendet, sondern bereiten den Weg vor. Und sie wissen auch: zuerst kommt der positive Zukunftsgedanke, und dann folgt mit höherer Wahrscheinlichkeit auch die Realität.

Erfahren Sie in diesem Optimismus-Training, welchen Einfluss eine optimistische Haltung auf Ihre Arbeit haben kann – und mit welchen Tricks Sie den Optimismus individuell sowie auch in Ihrem Unternehmen verankern.

## Zielgruppe

- › Führungskräfte, die eine optimistische Unternehmenskultur fördern wollen
- › Projektleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen, die mit mehr Freude und Gelassenheit ihre Ziele erreichen wollen
- › Alle, die an ihrer optimistischen Haltung als Karrierekick arbeiten möchten

## Über den Kurs

»Am Erfolg habe ich Schuld, am Misserfolg die anderen. Dieser positive Selbstbetrug – und dass es ein Selbstbetrug ist, das wissen wir natürlich alle – hat fantastische, ganz reale Konsequenzen für Ihr Leben.« Prof. Dr. Jens Weidner

## Aufbau

1. Optimismus – Ein Überblick
2. Optimismus als Karriere-Tool
3. Die optimistische Führung

## Dozent

**Prof. Dr. Jens Weidner**

lehrt Kriminologie & Sozialisationstheorie an der Fakultät für Wirtschaft und Soziales der Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Hamburg. Gleichzeitig coacht er als Management-Trainer mit seiner eigenen Karriere-Beratungsfirma. Außerdem ist er Vorstandsmitglied im »Club der Optimisten« in der Wirtschaft. Prof. Weidner ist Autor des Bestsellers »Die Peperoni-Strategie. So setzen Sie Ihre natürliche Aggression konstruktiv ein« sowie des Buches »Optimismus – Warum manche weiter kommen als andere«.

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit renommiertem Experten
- › Quizfragen und Reflexionsaufgaben vertiefen das Thema
- › Begleitmaterial im PDF-Format

Jetzt Trailer ansehen »





ZEIT AKADEMIE

# FEMALE LEADERSHIP

Vorteile erkennen, Potenziale nutzen



Auch auf  
Englisch  
verfügbar!



## Lernversprechen

Sie lernen,

- › Ideen kennen, um eine offene Unternehmenskultur gegenseitigen Respekts zu schaffen
- › wie wichtig gemischte Führungsteams für unternehmerischen Erfolg sind
- › Facts aus Unternehmertum und Organisationspsychologie zu Female Leadership
- › wie Sie weibliche Talente fördern und wie Sie das voranbringt
- › wie New Work, New Leadership und Female Leadership Hand in Hand gehen

## Management-Summary

Noch immer dominieren Männer die Vorstände in Unternehmen. Dabei belegen zahlreiche Studien, dass divers besetzte Führungsteams innovativer sind und die besseren Entscheidungen treffen. Im Video-Kurs »Female Leadership – Vorteile erkennen, Potentiale nutzen« erklärt Christian Berg von der AllBright Stiftung, wie Unternehmen das Potenzial von Frauen gewinnbringend einsetzen. Lernen Sie, wie Sie eine offene, flexible Unternehmenskultur schaffen, in der Teams im Sinne von New Work zusammenarbeiten und wie Sie mit vermeintlich weiblichen Eigenschaften den Kulturwandel fördern.

## Über den Kurs

»Scheinbar gibt es viele Gründe, warum Frauen in Deutschland noch immer nicht genauso oft in Führungspositionen sind wie Männer. Fakt ist, diese Gründe stimmen nicht.« – Christian Berg, Geschäftsführer der AllBright-Stiftung, Ökonom

## Zielgruppe

- › Dieser Kurs schafft Verständnis für die strategische Ausrichtung eines Unternehmens in Richtung Female Leadership:
  - › Entscheider\*innen und Geschäftsführer\*innen
  - › Recruiter\*innen
  - › Frauen, Männer, Diverse

## Aufbau

1. Vorteile erkennen, Potenziale nutzen
2. Andere Länder, andere Thomasse
3. Diversity-Check
4. Starke Stimmen
5. Eine Chefin schafft sich ab
6. Abspann & Bonusmaterial

## Dozent\*innen

**Christian Berg** – Geschäftsführer der AllBright Stiftung |  
**Dr. Joana Breidenbach** – Gründerin des Thinktanks betterplace lab |  
**Catriona McLaughlin** – Gründerin der Strategieberatung N°RTH PARK und CM Consulting

**Mit starken Stimmen von starken Frauen:** Tina Hildebrandt, Katja Kraus, Fränzi Kühne, Ninia LaGrande, Simone Menne, Elly Oldenbourg, Tijen Onaran, Britta Zur

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von ca. 45 Minuten
- › Diversity-Check hilft bei der Analyse des Status quo
- › Hochwertiges Booklet im PDF-Format

Jetzt Trailer ansehen »





ZEIT AKADEMIE

# FEMALE LEADERSHIP

Karriere planen, Netzwerke nutzen



Auch auf  
Englisch  
verfügbar!



## Lernversprechen

Sie lernen,

- › wie besonders Frauen den Wiedereinstieg ins Berufsleben nach einer Pause meistern
- › wie wichtig Netzwerke für die persönliche Entwicklung sind
- › alles Wichtige zu den Themen Organisationspsychologie und Soziologie
- › wie Frauen sich empowern können, um in Führung zu gehen
- › die Best Practise des Unternehmens Adesso

## Management-Summary

Viele Frauen wollen führen, doch es ist immer noch schwer für sie, gegen alte Strukturen und Vorurteile in Unternehmen und der Gesellschaft anzugehen. Damit nicht jede Frau für sich kämpft, erfordert es ein Umdenken. In diesem Kurs stellen sich drei unterschiedliche Netzwerke und eine Personalberatung für Frauen vor und erklären, wie wichtig Networking für die Karriereplanung ist. Erfolgreiche Frauen, wie Simone Menne, Fränzi Kühne, Tijen Onaran oder Katja Kraus, teilen ihre Erfahrungen und machen Mut für mehr Empowerment. Die Organisationspsychologin Prof. Dr. Bettina Wiese erklärt, wie Karriere und Familie zusammen funktionieren. Lernen Sie im Best Practice vom IT-Dienstleister Adesso wie es gelingt, die Frauen im eigenen Unternehmen sichtbarer zu machen.

## Über den Kurs

»Mein Mann, der hat ja nun auch zwei Kinder, nämlich dieselben, der arbeitet auch in einer Führungsfunktion und der wird nie gefragt: Ja, wie schaffen Sie das denn, mit der Arbeit und zwei Kindern?«

– Britta Zur, Polizeipräsidentin Gelsenkirchen

## Zielgruppe

- › Alle Mitarbeiterinnen in einem Unternehmen, die sich selbst empowern möchten
- › Entscheider\*innen und Organisationsentwickler\*innen, die die Vereinbarkeit von Familie und Beruf in ihrem Unternehmen fördern möchten
- › Recruiter\*innen
- › Frauen, Männer, Diverse

## Aufbau

1. Karriere planen, Netzwerke nutzen
2. Das bisschen Haushalt ...
3. Starke Stimmen
4. Wie Netzwerke verbinden
5. Best Practice: Adesso
6. Abspann & Bonusmaterial

## Dozent\*innen

**Prof. Dr. Bettina Wiese** – Lehrstuhlinhaberin am Institut für Psychologie, Personal- und Organisationspsychologie | **Catriona McLaughlin** – Gründerin der Strategieberatung N°RTH PARK und CM Consulting

**In den Netzwerken:** Jasmin Arbabian-Vogel, Christian Böhnke, Karin Heinzl, Tijen Onaran

**Mit starken Stimmen von erfolgreichen Frauen:** Eliza Diekmann, Tina Hildebrandt, Claudia Kessler, Katja Kraus, Ninia LaGrande, Ely Oldenbourg, Tijen Onaran, Simone Menne, Britta Zur

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von ca. 46 Minuten
- › Hochwertiges Booklet im PDF-Format

Jetzt Trailer ansehen »





ZEIT AKADEMIE

# FEMALE LEADERSHIP

Gemeinsam führen, voneinander profitieren



## Lernversprechen



Auch auf  
Englisch  
verfügbar!

Ideen für

- › eine offene und diverse Unternehmenskultur
- › aktuelle Erkenntnisse der Genderwissenschaft zu Geschlechterdifferenzen und Rollenbildern
- › wie Frauen und Männer mit Vorurteilen umgehen und diese auflösen können
- › wie Sie sich der eigenen Privilegien bewusst werden und die Perspektive wechseln
- › wie Jobsharing funktioniert am Beispiel des international erfolgreichen Unternehmens Beiersdorf

## Management-Summary

Sind Männer und Frauen wirklich von Natur aus unterschiedlich? Zumindest bauen wir auf dieser Annahme unser gesellschaftliches Leben auf. Frauen studieren Sprachen, werden Mütter und lieben Yoga; Männer studieren Naturwissenschaften, machen Karriere und grillen in der Freizeit. Es gibt Hunderte dieser Stereotypen, die uns helfen, unsere eigene Rolle zu definieren, die uns aber auch begrenzen und blind für andere Rollenmuster machen.

In diesem Videokurs erfahren Sie, wie Sie Vorurteile erkennen und auflösen. Sie lernen, wie Sie Menschen unabhängig vom Geschlecht beurteilen und welche Freiheiten dieser Perspektivwechsel mit sich bringt. Zum Beispiel, dass Karriere und Teilzeit einander nicht ausschließen. Lernen Sie die Chancen und Herausforderungen von Jobsharing kennen.

## Über den Kurs

»Alle können gleichermaßen dazu beitragen, dass wirklich nur Leistung und Qualität zählt, ganz unabhängig von Geschlecht.«

– Prof. Dr. Paula-Irene Villa Braslavsky

## Zielgruppe

- › Entscheider\*innen, Organisationsentwickler\*innen, die die Vereinbarkeit von Familie und Beruf in ihrem Unternehmen fördern möchten
- › Frauen, Männer, Diverse, die mehr Verständnis füreinander entwickeln, erfolgreich zusammenarbeiten und sich selbst empowern möchten

## Aufbau

1. **Gemeinsam führen, voneinander profitieren**
2. **Weiblich, männlich, divers**
3. **Privilegientest**
4. **Starke Stimmen**
5. **Sieh es doch mal andersrum**
6. **Best Practice: Beiersdorf**

## Dozent\*innen

**Vincent-Immanuel Herr** – HeforShe-Botschafter und Aktivist | **Catriona McLaughlin** – Gründerin der Strategieberatung N°RTH PARK und CM Consulting | **Martin Speer** – HeforShe-Botschafter und Aktivist | **Prof. Dr. Paula-Irene Villa Braslavsky** – Lehrstuhlinhaberin für Allgemeine Soziologie und Gender Studies an der LMU

**Mit starken Stimmen von erfolgreichen Frauen:** Eliza Diekmann, Tina Heine, Claudia Kessler, Fränzi Kühne, Tijen Onaran, Simone Menne, Britta Zur

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von ca. 65 Minuten
- › Privilegientest, um die eigene Situation zu reflektieren
- › Hochwertiges Booklet mit allen Kernaussagen, Leitsätzen und Tests als PDF-Download inklusive

Jetzt Trailer ansehen »





ZEIT AKADEMIE

# FEMALE LEADERSHIP

Gleichberechtigung gestalten, Erfolge messen



Auch auf  
Englisch  
verfügbar!



## Lernversprechen

Sie lernen,

- › wie wichtig Kennzahlen für mehr Geschlechtergerechtigkeit und Diversität sind
- › wie Sie emotionale Debatten um das Thema "Frauenanteil im Unternehmen" vermeiden
- › konkrete Methoden, durch die Sie weibliche Talente finden, fördern und messbar erfolgreicher werden
- › Grundlagen für eine gendergerechte Ansprache und das Recruiting
- › Best Practices für gelebte Diversität im Unternehmen

## Management-Summary

Alles ist messbar, auch der Frauenanteil in Unternehmen. Um diesen nachhaltig zu steigern, sodass sich die Firmenkultur verändern und Innovation entstehen kann, braucht es Kennzahlen. Zum Beispiel den Frauen-Karriere-Index (FKI), den Barbara Lutz ins Leben gerufen und in vielen Unternehmen und Konzernen etabliert hat. In diesem Kurs erklärt sie, wie der FKI funktioniert und dass Organisationen dadurch messbar erfolgreicher werden. Lernen Sie außerdem, wie Worte Ihr Mindset verändern und wie Sie damit Einfluss auf ein gendergerechtes Recruiting haben. Auch dafür sind Kennzahlen notwendig. Accenture gilt als Vorreiter für Diversität. Im Best Practice verrät die Beratungsfirma, wie eine diverse Unternehmenskultur messbar gemacht und gelebt werden kann.

## Über den Kurs

»Als erstes sollten wir bitte mal aufhören, das Wort der "Rabenmütter" ständig zu benutzen. Warum müssen wir den Frauen eigentlich ein schlechtes Gewissen machen?«  
– Prof. Dr. h.c. Jutta Allmendinger Ph.D.

## Zielgruppe

- › Entscheider\*innen, Organisationsentwickler\*innen, Change-Manager\*innen und Diversity-Beauftragte, die eine gendergerechte Unternehmenskultur vorantreiben möchten
- › Recruiter\*innen, die neue Impulse für ihre Arbeit suchen
- › Frauen, Männer, Diverse, die mehr Verständnis füreinander entwickeln, erfolgreich zusammenarbeiten und sich selbst empowern möchten

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtspiellänge von ca. 65 Minuten
- › Hochwertiges Booklet mit allen Kernaussagen, Leitsätzen und Tests als PDF-Download inklusive

## Aufbau

1. Gleichberechtigung gestalten, Erfolge messen
2. Jedes Wort ist Gold wert
3. Checkliste Stellenausschreibungen
4. Unconscious-Bias-Test
5. Starke Stimmen
6. Fakten, Fakten, Fakten
7. Best Practice: Accenture
8. Prof. Dr. Jutta Allmendingers Perspektiven und Appell an uns

## Dozent\*innen

**Prof. Dr. h.c. Jutta Allmendinger, Ph.D.** – Präsidentin des Wissenschaftszentrums Berlin für Sozialforschung | **Dr. Simone Burel** – Gründerin der Linguistischen Unternehmensberatung, LUB GmbH | **Barbara Lutz** – Managing Director des FKi | **Catriona McLaughlin** – Gründerin der Strategieberatung N°RTH PARK und CM Consulting  
**Mit starken Stimmen von starken Frauen:** Ana-Cristina Grohnert, Tina Heine, Tina Hildebrandt, Katja Kraus, Fränzi Kühne, Simone Menne

Jetzt Trailer ansehen »





ZEIT AKADEMIE

# PURPOSE

Arbeit mit Sinn gestalten



## Lernversprechen

Sie lernen, ...

- › mit Sinn zu führen
- › mit welchen Tools Sie die Arbeit im Team sinnstiftend gestalten können
- › wie Sie sich und Ihre Kolleg\*innen mit Sinnorientierung motivieren können
- › mit welchem Prozess Organisationen zu ihrem Purpose finden
- › die sinnstiftenden Werte in Ihrem Unternehmen zu etablieren

## Management-Summary

Zufriedener, engagierter und motivierter arbeiten – im Videokurs lernen Sie, dieses Ziel für sich selbst und für Ihre Mitarbeiter\*innen zu erreichen. Eine sinnorientierte Unternehmenskultur kann einen messbaren Anstieg des Engagements aller Kolleg\*innen bewirken. Coaches vermitteln Ihnen in diesem Business-Kurs, wie Sie gerade als Führungskraft sinnstiftend agieren können. Dazu gehört, dass Sie lernen, Teammitgliedern das Gefühl sinnvoller Arbeit zu geben und so die Teamleistung zu steigern. Zahlreiche Studien zeigen, dass jedes Unternehmen von einem »Purpose« – einem Zweck, einem Ziel, einer Bestimmung – profitiert. Auch Ihre persönliche Sinn-Orientierung kann Ihnen mehr Zufriedenheit und Effektivität im Schaffen vermitteln.

## Aufbau

1. Den eigenen Purpose finden
2. Mit Sinn führen
3. Purpose für Unternehmen

## Zielgruppe

- › Führungskräfte, die mit Sinn führen wollen
- › Projektleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen, denen Sinn in ihrer Arbeit wichtig ist
- › Alle, deren Unternehmen sich in einem Purpose-Prozess befindet

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtspiellänge von circa 90 Minuten
- › Quizfragen und Reflexionsaufgaben vertiefen das Thema
- › Hochwertig illustriertes Begleitbuch im PDF-Format zum Download

## Dozent\*innen

### Julia von Winterfeldt

Gründerin der Strategie- und Purpose-Beratung Soulworx und erfahrene Purpose-Beraterin für zahlreiche Unternehmen

### Prof. Dr. Nico Rose

Seit 2019 Professor für Wirtschaftspsychologie an der International School of Management (ISM) Dortmund, »Sinnput«-Geber und erfolgreicher Buchautor

## Über den Kurs

»Zahlreiche Studien haben gezeigt, dass Menschen erfolgreicher und glücklicher werden, wenn sie ihre Arbeit als sinnvoll wahrnehmen – Es lohnt sich also.«  
Julia von Winterfeldt

Jetzt Trailer ansehen »





ZEIT AKADEMIE

# ARBEITSRECHT

## Grundlagen für Führungskräfte



### Lernversprechen

Sie erfahren,

- › welche Rechte und Pflichten Sie als Führungskraft gegenüber Mitarbeiter\*innen haben
- › welche Aufgaben der Betriebsrat hat und was das für Sie bedeutet
- › welche Vereinbarungen Sie mit Ihrem Team zu Arbeits- und Auszeiten treffen können
- › was Sie tun sollten, wenn Mitarbeiter\*innen sich nicht an vereinbarte Regeln halten
- › was gesetzlich für ordentliche und außerordentliche Kündigungen gilt und wie Sie sich vorbereiten können, wenn Sie sich von Mitarbeiter\*innen trennen müssen

### Management-Summary

In diesem Business-Kurs erhalten Sie als Führungskraft das Grundlagenwissen im Bereich Arbeitsrecht, um Ihr Team entsprechend den geltenden Gesetzen souverän und kompetent zu führen. Es geht um Ihre Rolle im Unternehmen, um Ihre Rechte und Pflichten als Führungskraft. Wie können Sie zum Beispiel den Arbeitsschutz Ihrer Mitarbeiter\*innen gewährleisten? Wie gelingt die Zusammenarbeit mit dem Betriebsrat? Welche Arbeitszeitmodelle gibt es? Wie können Sie Mitarbeiter\*innen auf Fehlverhalten aufmerksam machen und wie bereiten Sie eine Kündigung vor? Führungskräfte, die diesen Kurs absolvieren, werden ihre Rolle besser verstehen und diese gegenüber ihrem Team verantwortungsvoll wahrnehmen können.

### Aufbau

1. Die Führungskraft: Aufgaben und Verantwortung
2. Die Zusammenarbeit mit dem Betriebsrat
3. Arbeitszeit und Auszeit
4. Fehlverhalten erkennen und begegnen
5. Die Kündigung

### Zielgruppe

- › Junge Führungskräfte, die arbeitsrechtliche Grundlagen erlernen möchten, um ihre neue Aufgabe meistern zu können
- › Erfahrene Führungskräfte, die sich mit dem neuesten Stand des Arbeitsrechts auseinandersetzen und ihr Wissen auffrischen wollen

### Über den Kurs

»Kurze, kompakte Einführung in arbeitsrechtliches Basiswissen für Führungskräfte, insbesondere für Nicht-BWLER oder -Juristen und junge Nachwuchsführungskräfte – sehr empfehlenswert!«

### Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von ca. 80 Minuten
- › Illustrationen, die komplexe Sachverhalte visualisieren und einfach erklären; Quizfragen und konkrete Verweise auf Gesetzestexte
- › Hochwertiges Begleitbuch, um alle Inhalte nachzulesen

### Dozentin

**Prof. Dr. Antje Tölle**

ist promovierte Juristin und lehrt Zivilrecht an der Hochschule für Wirtschaft und Recht in Berlin. Sie ist spezialisiert auf Arbeitsrecht und beschäftigt sich insbesondere mit den Themen Homeoffice, agile Zusammenarbeit oder Lohnauszahlung in Kryptowährung.

Jetzt Trailer ansehen »





ZEIT AKADEMIE

# PEPERONI-STRATEGIE

Für mehr Biss im Business



## Lernversprechen

Sie lernen, ...

- › Machtspiele zu durchschauen
- › wie Sie proaktiv Ihre Gegenspieler\*innen ausmachen
- › Strategien zum Umgang mit unfairen Konkurrent\*innen kennen
- › Ihr Aggressionspotential zu entfalten, um sich besser zu positionieren
- › das ideale Persönlichkeitsprofil der Durchsetzungsstarken kennen
- › in der Diamantenanalyse Macht- und Statusstrukturen zu durchschauen

## Management-Summary

Die Frankfurter Allgemeine Zeitung kennzeichnet die Peperoni-Strategie als »eine Einweisung in die Kunst der positiven Aggression, verbunden mit der sanften Warnung: Don't try this at home.« Im Berufsleben gibt Ihnen Durchsetzungsstärke Tatkraft, Courage und Rückgrat. Es geht nicht immer fair zu. Sie sollten sich wappnen gegen Machtspiele. Nur durch vorausschauendes und proaktives Handeln können diese Hürden überwunden werden, um gesetzte Ziele zu erreichen. Wer den Biss hat, Nein zu sagen und Widerstände auszuhalten, kann geradliniger seinen Weg verfolgen. Die Peperoni-Strategie fördert die natürliche Aggression. Denn sind Sie zu nett, dann werden Sie vielleicht übervorteilt. Sind Sie aber zu bissig, dann kommen Sie auch nicht weiter. Prof. Dr. Jens Weidner hilft Ihnen, die richtige Dosierung zu finden.

## Aufbau

1. Der richtige Schärfegrad
2. Cleverness im Umgang mit Agressoren
3. Machtspielregeln

## Format

- › Video-Lerneinheit mit einer Gesamtspiellänge von ca. 50 Minuten
- › Reflexionsaufgaben vertiefen das Thema
- › Begleitmaterial im PDF-Format

## Zielgruppe

- › Führungskräfte, die sich noch mehr Biss im Business wünschen
- › Projektleiter\*innen, die bereits unfaire Spiele am Arbeitsplatz erlebt haben
- › Mitarbeiter\*innen, die ihre Durchsetzungskraft und Courage stärken möchten

## Über den Kurs

»One evil action every day, keeps the psychiatrist away«, meint Prof. Dr. Jens Weidner.

## Dozent

**Prof. Dr. Jens Weidner**

lehrt Kriminologie & Sozialisationstheorie an der Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Hamburg. Er arbeitete mit Gangschlägern in Philadelphia und behandelte zehn Jahre lang Gewalttäter für die deutsche Justiz. Gleichzeitig lehrt er als Management-Trainer am Schraner Negotiation Institute in Zürich. Sein Spezialgebiet: die Förderung von positiver Aggression und Durchsetzungsstärke bei Führungskräften. Er ist Autor des Bestsellers »Die Peperoni-Strategie. So setzen Sie Ihre natürliche Aggression konstruktiv ein«.

Jetzt Trailer ansehen »





ZEIT AKADEMIE

# NACHHALTIGKEIT IN UNTERNEHMEN

Den Wandel erfolgreich gestalten



## Lernversprechen

Sie lernen,

- › die zentralen Ansätze nachhaltiger Unternehmenspraxis kennen
- › ökologisch nachhaltige Geschäftsmodelle kennen
- › die wichtigsten Kniffe für erfolgreiches Stakeholder-Management kennen
- › mit den Herausforderungen des Nachhaltigkeitsmanagements im Spannungsfeld zwischen Unternehmen und Gesellschaft umzugehen

## Management-Summary

»Sehen Sie Nachhaltigkeitsthemen als Innovationschance, um Ihr Geschäft völlig neu zu denken. Wenn ein Unternehmen Nachhaltigkeitsmanagement konsequent einsetzt, dann wirkt es als kreativer Zerstörer des Unnachhaltigen. Es trägt so zu einer substanziellen Nachhaltigkeitstransformation von Märkten, der Wirtschaft und der Gesellschaft bei«, sagt Prof. Dr. Schaltegger.

Zur Gestaltung einer nachhaltigen Zukunft für Ihr Unternehmen stellen Ihnen Expert\*innen praxisnahe Ansätze vor. Weiterhin lernen Sie, mit neuen Geschäftsmodellen erfolgreich umzugehen und Ihre Gestaltungsspielräume gewinnbringend zu nutzen. Dieser Kurs bietet Ihnen und Ihren Mitarbeiter\*innen Lösungsansätze und ein grundlegendes Verständnis dafür, wie unternehmerisches Handeln in einer nachhaltigen Zukunft aussehen kann.

## Zielgruppe

- › Führungskräfte, Nachhaltigkeitsbeauftragte, Nachhaltigkeitsmanager\*innen, nachhaltige Geschäftsentwickler\*innen, Mitarbeiter\*innen, die eine nachhaltige Zukunft mitgestalten wollen

## Aufbau

- 1. Planetare Grenzen und unternehmerische Chancen** – Die Notwendigkeit zu handeln
- 2. Nachhaltigkeitsmanagement** – Neue Ansätze für eine gute Zukunft
- 3. Die Nachhaltigkeitstransformation** – Den Wandel verstehen und mitgestalten
- 4. Gemeinsam Zukunft gestalten** – Erfolgreiches Stakeholder-Management
- 5. Den Klimawandel verstehen** – Was wir ändern müssen
- 6. Auswirkungen des Klimawandels** – Wie sich unser Leben verändert

## Dozent\*innen

**Prof. Dr. Maja Göpel** – Expertin für Nachhaltigkeitswissenschaft und Generalsekretärin des Wissenschaftlichen Beirats der Bundesregierung Globale Umweltveränderungen

**Prof. Dr. Stefan Rahmstorf** – Ozeanologe, forscht am Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung und beriet acht Jahre lang die Bundesregierung im Wissenschaftlichen Beirat globale Umweltveränderungen

**Prof. Dr. Stefan Schaltegger** – Ordinarius für Betriebswirtschaftslehre, insbesondere Nachhaltigkeitsmanagement, sowie Institutsleiter des Centre for Sustainability Management (CSM) der Fakultät Nachhaltigkeit der Leuphana Universität Lüneburg

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit Quiz und interaktiven Übungen, mit einer Gesamtspiellänge von ca. 150 Minuten

## Über den Kurs

»Ohne Nachhaltigkeitsmanagement ist zukünftig kein Erfolg in Unternehmen denkbar.«



ZEIT AKADEMIE

# DIVERSITY & INCLUSION

Die Kraft der Vielfalt



## Lernversprechen

Sie erfahren,

- › wie Sie diskriminierungsfreie Sprache im Unternehmensalltag anwenden
- › wie Sie Ihr Recruiting vorurteilsfrei aufsetzen
- › wie Sie Ihre Kommunikation nach innen und außen inklusiver und wertschätzender gestalten
- › wie Sie Unterschiede in der Belegschaft anerkennen und ein vorurteilsfreies Arbeitsklima erschaffen
- › Best Cases im Umgang mit Diversity von den Unternehmen: Deutsche Bahn, Eintracht Frankfurt, Voith Group und Bosch

## Management-Summary

Wirtschaftliche und gesellschaftliche Trends verändern nicht nur unsere Lebensweise, sondern auch unseren Arbeitsalltag: Es wird mehr Menschen mit Migrationshintergrund geben, der demografische Wandel prägt die Gesellschaft und die Erwerbstätigenzahlen sinken. Organisationen, aber auch kleine und mittlere Unternehmen müssen sich dem wachsenden Wettbewerb um qualifiziertes Personal stellen. Ein gutes Diversity-Management hilft Ihnen dabei, Unterschiede anzuerkennen und Vielfalt wertzuschätzen. Denn: Nur durch Zusammenhalt kann der Fachkräftemangel ausgeglichen werden und können Unternehmen erfolgreich bleiben.

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtspiellänge von ca. 150 Minuten
- › Übungen aus einem Diversity-Training, Praxiseinblicke und -stimmen renommierter Unternehmen, Reflexionsaufgaben und Quizfragen vertiefen das Thema
- › Deutsche Sprache mit deutschen Untertiteln

## Zielgruppe

- › Führungskräfte aller Hierarchieebenen
- › Diversity-Manager\*innen
- › Interessierte Mitarbeiter\*innen

## Aufbau

- 1. Die Bedeutung von Diversity für Unternehmen**  
Prof. Dr. Andrea Dorothea Bührmann
- 2. Von internationaler Herkunft und kulturellen Hintergründen**  
Prof. Dr. Aladin El-Mafaalani
- 3. Vom Umgang mit Unconscious Bias**  
Prof. Dr. Matthias Spörrle
- 4. Bewusste Kommunikation in diversen Teams**  
Prof. Dr. Brooke Gazdag
- 5. Frauen in Führung und Vorstand**  
Dr. Kira Marrs
- 6. Kognitive Geschlechtsunterschiede**  
Prof. Dr. Onur Güntürkün

## Dozent\*innen

**Prof. Dr. Andrea Dorothea Bührmann** — Direktorin des Instituts für Diversitätsforschung Göttingen

**Prof. Dr. Aladin El-Mafaalani** — Autor und Inhaber des Lehrstuhls für Erziehung und Bildung an der Universität Osnabrück

**Prof. Dr. Matthias Spörrle** — Wirtschaftspsychologe an der Privatuniversität Schloss Seeburg

**Prof. Dr. Brooke Gazdag** — Trainerin, Coach und Juniorprofessor an der University of Amsterdam

**Dr. Kira Marrs** — Wissenschaftlerin am Institut für Sozialwissenschaftliche Forschung in München

**Prof. Dr. Onur Güntürkün** — Neurowissenschaftler und Professor für Biopsychologie an der Ruhr-Universität Bochum

## Über den Kurs

»Diversity gehört ins Zentrum von Unternehmensstrategien«  
— Prof. Dr. Aladin El-Mafaalani



ZEIT AKADEMIE

# HOMEOFFICE

## Strategien für eine erfolgreiche virtuelle Zusammenarbeit



Auch auf Englisch verfügbar!



### Lernversprechen

Sie erfahren,

- › wie Sie sich einen Arbeitsraum für strukturiertes und produktives Arbeiten von zu Hause schaffen
- › wie Sie die digitale Kommunikation in Teams meistern
- › wie Sie als Führungskraft in verteilten Teams richtig führen
- › wie Sie das Potenzial virtueller Zusammenarbeit voll ausschöpfen

### Management-Summary

Bedingt durch den Fachkräftemangel im sogenannten »War for Talents« gilt es, mit den qualifizierten Fachkräften an unterschiedlichen Orten weltweit digital zusammenzuarbeiten. Zudem zwang die Corona-Pandemie Unternehmen, schnell auf das Homeoffice umzusatteln. Diese Arbeitsweise ist fast schon zur neuen Normalität geworden. Mit Skills wie Zeit-Management und Selbststrukturierung können Sie Ihre Mitarbeiter\*innen im Homeoffice für einen produktiven Workflow stärken. Dieser Kurs vermittelt Ihnen Praxistipps und psychologisches Know-how, wie Sie Projekte dezentral organisieren und wie Sie Ihre Teams **auf** Distanz, aber nicht **mit** Distanz führen können.

### Zielgruppe

- › Führungskräfte aller Hierarchieebenen
- › Mitarbeiter\*innen, die im Homeoffice zusammenarbeiten
- › Unternehmen, die mit verteilten Teams arbeiten

### Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtspiellänge von ca. 100 Minuten
- › Reflexionsaufgaben und Quizfragen vertiefen das Thema

### Über den Kurs

»Ein Must-have in der aktuellen Zeit!«

### Dozent

**Prof. Dr. Niels Van Quaquebeke**

arbeitet als Organisationspsychologe und Professor seit über fünfzehn Jahren zur Psychologie von Führung, Konfliktmanagement und Verhandlungsführung. Seit 2011 forscht und lehrt der international anerkannte Experte an der Hamburger Kühne Logistics University. Seine Forschung dort reicht von der Verbesserung der Führungsstrukturen in der humanitären Hilfe bis hin zur digitalen Substitution von Führung.

### Aufbau

1. **Homeoffice** — Auf die Plätze! Fertig! Los!
2. **Digitale Kommunikation richtig angehen**
3. **Führen auf Distanz**



ZEIT AKADEMIE

# PSYCHOLOGIE DER FÜHRUNG

Das Individuum



Auch auf  
Englisch  
verfügbar!



## Lernversprechen

Sie lernen,

- › sich selbst und Ihre Rolle als Führungskraft zu verstehen und aktiv zu gestalten
- › mit konkreten Tools menschliches Miteinander zu analysieren, einzuordnen und zu lenken
- › wie Sie sich selbst und Ihre Mitarbeiter\*innen entwickeln und motivieren
- › wie Sie Ihr Team durch gutes Feedback und klare Zielsetzung zum Erfolg führen

## Management-Summary

Im Videokurs erläutert Ihnen Prof. Dr. Niels Van Quaakebeke in acht Lektionen, warum ein Grundverständnis für die menschliche Natur so wichtig ist, um als Führungskraft erfolgreich zu sein. Er schärft Ihren Blick für die Persönlichkeit Ihrer Mitarbeiter\*innen genauso wie für Ihre eigene Führungsrolle. Der Experte für Leadership stellt Ihnen hilfreiche Tools und Techniken für die respektvolle und motivierende Kommunikation mit Ihren Mitarbeiter\*innen vor - vom »Feedback«, über die »Konstruktive Konfrontation« bis hin zum »Entwicklungsgespräch«.

## Zielgruppe

- › Führungskräfte aller Hierarchieebenen von jung bis erfahren in allen Fachbereichen
- › grundsätzlich relevant für interessierte Mitarbeiter\*innen

## Über den Kurs

»Ein Muss für jede verantwortungsbewusste Führungskraft!«  
— P. Krueger

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von circa 367 Minuten
- › Persönlichkeitstest, Quizfragen und Reflexionsaufgaben vertiefen das Thema
- › Begleitmaterialien im PDF-Format

## Aufbau

1. **Überblick** — Was Sie in diesem Seminar lernen
2. **Die Führungsrolle** — Sich selbst durch die Verführung führen
3. **Persönlichkeit und Werte** — Unterschiedlichkeit anerkennen und nutzen
4. **Lernen** — Mehr erreichen mit motivierenden Zielen und gutem Feedback
5. **Identität** — Warum Identitäten abseits der Arbeit wichtig sind
6. **Emotionen** — Gute Stimmung macht Unternehmen erfolgreicher
7. **Motivation** — Strategien für mehr Energie bei der Arbeit
8. **Abschluss** — Aus Erkenntnissen auch Gewohnheiten werden lassen

## Dozent

**Prof. Dr. Niels Van Quaakebeke** — Psychologe und Professor für Leadership und Organizational Behavior an der Kühne Logistics University Hamburg. Seine Forschung dort reicht von der Verbesserung der Führungsstrukturen in der humanitären Hilfe bis hin zur digitalen Substitution von Führung.



ZEIT AKADEMIE

# PSYCHOLOGIE DER FÜHRUNG

## Das Team



### Lernversprechen

Sie lernen,

- › wie Sie Teams so zusammenstellen, dass sie effektiv zusammenarbeiten
- › wie Sie die produktiven Kräfte innerhalb des Teams unterstützen
- › wie Sie destruktive Tendenzen im Team minimieren
- › wie Sie Meetings so gestalten, dass Sie und Ihr Team zu guten Resultaten kommen
- › wie Sie Silodenken für eine offene und produktive Gruppendynamik umgehen

### Management-Summary

Teams stellen heute in vielen Arbeitskontexten eine verbreitete Organisationsform dar. Der Leadership-Experte Prof. Dr. Niels Van Quaquebeke vermittelt in diesem Kurs, wie eine ideale Gruppenkomposition aussieht. Denn nur bei optimaler Teamdiversität entwickeln sich Teams positiv. Stereotype und Vorurteile sollten aufgedeckt und bearbeitet werden. Problematische Dynamiken innerhalb der Gruppe - von Silodenken bis Diskriminierung - werden diskutiert und mögliche Lösungen durch die Führungskraft aufgezeigt. Sie erhalten konkrete Tipps und Beispiele für Ihre eigene Führungspraxis. Anhand von Reflexionen und Übungen erfahren Sie, wie Sie Teams effektiv weiterentwickeln. Anwendungsbeispiele helfen Ihnen, den sogenannten Action-Knowledge-Gap erfolgreich zu umgehen. Der Kurs ist die beste Grundlage für optimales, sinnstiftendes Teamwork. Ein Muss für Führungskräfte.

### Über den Kurs

»Hervorragend vorgetragen, hohe Substanz, praxisorientiert – ein echter Gewinn.« – Paul Miernau

### Zielgruppe

- › Führungskräfte aller Hierarchieebenen von jung bis erfahren in allen Fachbereichen
- › grundsätzlich relevant für interessierte Mitarbeiter\*innen

### Dozent

**Prof. Dr. Niels Van Quaquebeke** – Psychologe und Professor für Leadership und Organizational Behavior an der Kühne Logistics University Hamburg. Seine Forschung dort reicht von der Verbesserung der Führungsstrukturen in der humanitären Hilfe bis hin zur digitalen Substitution von Führung.

### Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von circa 217 Minuten
- › Quizfragen und Reflexionsaufgaben vertiefen das Thema
- › Begleitmaterialien im PDF-Format

### Aufbau

1. **Überblick** – Was Sie in diesem Seminar lernen
2. **Team-Design** – Teams optimal zusammenstellen
3. **Teamentscheidungen und -kreativität** – So führen Meetings zu guten Resultaten
4. **Gruppendynamik** – Führen ohne Vorurteile
5. **Abschluss** – Aus Erkenntnissen auch Gewohnheiten werden lassen



ZEIT AKADEMIE

# PSYCHOLOGIE DER FÜHRUNG

## Die Organisation



Auch auf  
Englisch  
verfügbar!



### Lernversprechen

Sie lernen,

- › welche Bedeutung Ihre Rolle als Führungskraft innerhalb der Organisation hat
- › wie Sie eine bestehende Unternehmenskultur analysieren, weiterentwickeln und verändern
- › wieso Unternehmenskultur so wichtig für erfolgreiche Unternehmensführung ist
- › welche Strategien sinnvoll sind, um Mitarbeiter\*innen in Change-Prozessen mitzunehmen

### Management-Summary

Eine Unternehmenskultur sollte allen Mitarbeiter\*innen Orientierung, Sinn und ein Moment der Identifikation geben. Das steigert nicht nur die Motivation innerhalb der Belegschaft, sondern stärkt ebenso die Reputation nach außen. Für Unternehmen im Wandel gilt insbesondere für Führungskräfte, die Organisation umzubauen und dabei alle Gefahren im Blick zu behalten. Da Führung in den Kontext einer Organisationskultur eingebettet ist, muss diese für eine aktive Änderung erst sichtbar gemacht werden. Leadership kann auch indirekte Steuerung beinhalten. Prof. Dr. Niels Van Quaquebeke stellt im Kurs verschiedene Führungsmethoden vor, die Ihrer Organisation helfen können, langfristig erfolgreich zu bleiben. Adaptionsfähigkeit steht bei agilen Organisationen im Vordergrund. Sie erhalten Praxistipps zu Hierarchien, kürzeren Entscheidungswegen und dem strategischen Fokus in Organisationen.

### Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von circa 141 Minuten
- › Quizfragen und Reflexionsaufgaben vertiefen das Thema
- › Begleitmaterialien im PDF-Format

### Dozent

**Prof. Dr. Niels Van Quaquebeke** — Psychologe und Professor für Leadership und Organizational Behavior an der Kühne Logistics University Hamburg. Seine Forschung dort reicht von der Verbesserung der Führungsstrukturen in der humanitären Hilfe bis hin zur digitalen Substitution von Führung.

### Über den Kurs

»Fundiert, unterhaltsam und obendrein auch noch direkt anwendbar. Top! Vielen Dank.« — Valentin Heyde

### Aufbau

1. **Überblick** — Was Sie in diesem Seminar lernen
2. **Organisationskultur** — Die Kunst der indirekten Steuerung
3. **Organisationsveränderung** — Menschen beim Wandel mitnehmen
4. **Adaptive Organisation** — Produktive Balancen für die stete Erneuerung
5. **Abschluss** — Aus Erkenntnissen Gewohnheiten werden lassen

### Zielgruppe

- › Führungskräfte aller Hierarchieebenen von jung bis erfahren in allen Fachbereichen
- › grundsätzlich relevant für interessierte Mitarbeiter\*innen



ZEIT AKADEMIE

# DIGITAL LEADERSHIP



## Lernversprechen

- › Der Kurs vermittelt neue Methoden und Instrumente, die Führungskräfte unterstützen, den Digitalen Wandel erfolgreich zu meistern
- › Der Kurs bietet konkrete Handlungsempfehlungen, die einfach und schnell umzusetzen sind und gibt einen Ausblick auf Trends, die den Markt und die Arbeitsweisen der Zukunft prägen werden
- › Die Teilnehmer erhalten durch die Integration verschiedener O-Ton-Geber unterschiedliche Perspektiven auf das Thema Digital Leadership

## Management-Summary

Digital Leadership spielt eine zentrale Rolle bei der Transformation eines Unternehmens im Wandel von analog zu digital. Aber was braucht eine Führungskraft, um zu einem Digital Leader zu werden? Renommierte Experten und Führungskräfte gehen dieser Frage im Rahmen des Kurses nach und führen praxisnah durch die Lektionen. Ziel des Kurses ist es, Führungskräfte durch die breite Themenauswahl in die Lage zu versetzen, besser mit den Herausforderungen der Digitalisierung im Unternehmen umzugehen und als Digital Leader den digitalen Wandel vorzuleben. Die Inhalte sind sehr komprimiert aufbereitet, wodurch in kurzer Zeit viele hochkarätige Informationen vermittelt werden.

## Aufbau

1. Herausforderungen im Management der digitalen Transformation
2. Kernkompetenzen für den Digital Leader
3. Von analog zu digital: Change-Prozesse und Kulturwandel
4. Erfolgreiches Verhandeln im digitalen Zeitalter
5. Agile Management-Methoden
6. Die wichtigsten Trends und Entwicklungen

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtspiellänge von ca. 125 Minuten

## Über den Kurs

»Eine sehr kompakte Einführung in das Thema digitale Führung, mit Anregungen und Trends.«

»Sehr empfehlenswert«      »Sehr guter Leitfaden«

## Zielgruppe

- › Führungskräfte, die in ihrer täglichen Arbeit mit Change- und Transformationsprozessen im Unternehmen zu tun haben und die Veränderungen für sich und ihre Organisation verstehen wollen.

## Dozent\*innen

**Dr. Christian Böing**

Vorstandsvorsitzender, Strato AG

**Matthias Schraner**

Verhandlungsexperte

**Nikolaus Röttger**

Chefredakteur Wired Germany

**Dr. Willms Buhse**

Gründer und Berater, doubleYUU

**Miriam Wohlfarth**

Gründerin, RatePAY

**Prof. Dr. Niels Van Quaquebeke**

Professor für Leadership and Org. Behavior, KLU

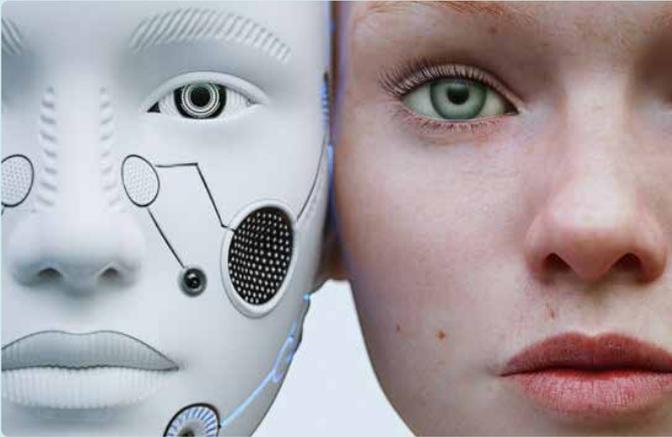
**Frank Thelen**

Unternehmer, Gründer und Investor, Freigeist Capital



ZEIT AKADEMIE

# KÜNSTLICHE INTELLIGENZ



## Lernversprechen

- › Dieser Kurs zeigt Ihnen die Anwendungsfelder der KI und gibt einen tiefen Einblick in die Zukunftstechnologien. Was sind die bedeutendsten Innovationen, und wie können Unternehmen diese für sich nutzbar machen?
- › Verständnis, wie die Technik funktioniert
- › Demystifizierung: Was ist Hype, was kann KI wirklich?
- › Die aktuellen Trends im Bereich KI
- › Allumfassender Überblick

## Management-Summary

Wie schafft es eine Künstliche Intelligenz, ein Schach-Duell gegen einen Menschen zu gewinnen? Was sollte eine Führungskraft tun, um die Firma fit zu machen für ein Zeitalter, in dem Daten, maschinelles Lernen und KI eine Rolle spielen? Mit fundierter Fachkenntnis beleuchten herausragende Wissenschaftler und erfolgreiche Unternehmer, welche innovativen, verschiedenen Ansätze diese Technologie bietet. Ziel ist es, ein Grundverständnis für die Technologie zu vermitteln, um diese besser einschätzen und einordnen zu können. Von der Robotik bis zur Spracherkennung, vom Data-Mining bis zu neuronalen Netzen, von der ethischen Herausforderungen bis zum Einsatz in Unternehmen: Dieser Kurs liefert ein Rundum-Paket für alle, die sich in das Thema einarbeiten möchten, die Hintergründe verstehen und Chancen für sich nutzen möchten.

## Aufbau

1. **Künstliche Intelligenz** — eine Einführung
2. **Maschinelles Lernen** — das Gehirn als Vorbild für Künstliche Neuronale Netze
3. **KI im Unternehmen** — Anwendungen, Strategien und Geschäftsmodelle
4. **Intelligente Roboter** — Einsatzfelder autonomer Systeme
5. **Zusammenarbeit von Menschen und Robotern** — Interaktion und Sicherheit
6. **Sprache und KI** — Computer, die den Menschen verstehen
7. **Digitale Assistenten** — KI, die uns im Alltag hilft
8. **Multimedia Datamining** — Trends und Emotionen in Big Data erkennen
9. **KI und Arbeit** — Prognosen, Chancen und Herausforderungen
10. **KI und Ethik** — Verantwortung, Erklärbarkeit und Transparenz algorithmischer Entscheidungen

## Zielgruppe

- › Die digitale Transformation betrifft jeden von uns. Daher richtet sich dieser Kurs an alle Angestellten, Führungskräfte und alle Interessierten

## Format

- › 10 Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von ca. 350 Minuten
- › Konkrete Anwendungsbeispiele aus der Forschung und aus Unternehmen wie Google, Adobe oder Cewe geben Einblicke über den Einsatz in der Praxis
- › Quizfragen

## Dozent\*innen

**Prof. Dr. Prof. h. c. Andreas Dengel** — DFKI Kaiserslautern

**Dr. Elsa Andrea Kirchner** — DFKI Bremen

**Shirley Ogolla** — Humboldt-Institut für Internet und Gesellschaft Berlin

**Richard Socher PhD** — Chefwissenschaftler Salesforce



ZEIT AKADEMIE

# DIGITALE REVOLUTION



## Lernversprechen

- › Der Kurs vermittelt einen umfangreichen Überblick über die wichtigsten Themen der Digitalisierung und deren Auswirkungen auf unser Leben
- › Es werden Chancen und Risiken der Digitalisierung dargestellt, sodass die Teilnehmer sich nach dem Kurs eine fundierte Meinung bilden können, die nicht auf überhöhten Erwartungen oder Ängsten beruht
- › Zusätzlich wird durch Verständnisfragen das Wissen gefestigt und durch Reflexionsfragen die Meinungsbildung auf interaktive Weise unterstützt

## Management-Summary

Die Digitale Revolution bringt uns mehr als selbstfahrende Autos und Kühlschränke, die eigeninitiativ Milch nachbestellen. Das gesamte Miteinander von Mensch und Maschine verändert sich, und das fordert die Unternehmen heraus. Sie stehen vor gewaltigen Transformationsprozessen, für die es keine Blaupausen gibt. Deshalb schneiden wir, auf Wunsch, unseren »Digitale Revolution«-Kurs genau auf die spezifischen Fragen und Herausforderungen im jeweiligen Unternehmen zu. Die Inhalte sind so aufbereitet, dass sie für jeden gut verständlich sind und wenig Vorwissen erfordern.

## Aufbau

1. **Einführung** — Die Digitalisierung des Alltags
2. **Big Data und Algorithmen** — Die Suche nach der Nadel im digitalen Heuhaufen
3. **Demokratie und Macht** — Verbessert das Internet die Teilhabe an wichtigen Entscheidungen?
4. **Medien und Urheberrecht** — Von sterbenden Zeitungen und raubkopierten Filmen
5. **Wissenschaft** — Wie die Digitalisierung Forscher vernetzt
6. **Bildung und Kompetenz** — Die Welt des unbegrenzten Lernens
7. **Datenschutz und Sicherheit** — Wem gehören meine Daten?
8. **E-Health** — Die Chancen und Risiken der vernetzten Medizin
9. **Kreativität** — Neues schaffen mit digitalen Mitteln
10. **Geschäftsmodelle** — Neue Chancen für Unternehmen
11. **Künstliche Intelligenz** — Wenn Computer lernen können
12. **Ausblick** — Leben in einer digitalen Welt

## Zielgruppe

- › Alle Mitarbeiter. Es ist kaum Vorwissen erforderlich.

## Format

- › 12 Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtspiellänge von ca. 360 Minuten
- › Dieser Kurs eignet sich insbesondere dafür, in kurzen Sequenzen ausgespielt zu werden

## Dozenten

**Prof. Dr. Sascha Friesike** — Professor für digitale Innovation, Vrije Universiteit Amsterdam

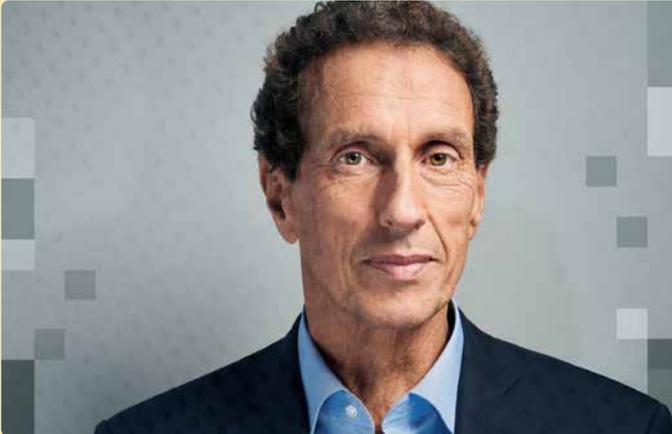
**Christoph Drösser** — Freier Autor, ehem. ZEIT Wissen Redakteur

**Prof. Dr. Wolfgang Schulz** — Direktor Hans-Bredow-Institut und Humboldt Institut für Internet und Gesellschaft



ZEIT AKADEMIE

# PERSPEKTIVEN DES HUMANISMUS



## Lernversprechen

- › Das brisante Thema der Digitalisierung aus ethischer, philosophischer Sicht zu beleuchten, um Hintergründe besser verstehen und gesellschaftlich einordnen zu können

## Management-Summary

Roboter werden unsere Kinder zur Schule fahren, Pakete ausliefern und für uns in Fabriken arbeiten. Was für die einen ein digitales Paradies ist, ist für die anderen die Apokalypse, begründet durch eine technologische und unkontrollierbare Eigendynamik. Digitalisierung ist das Schlagwort unserer Zeit. Prof. Dr. Dr. h.c. Julian Nida-Rümelin ruft zu einem Digitalen Humanismus auf. In seiner Philosophie steht der Mensch im Mittelpunkt, nicht die Technologie. Er vertritt die Ansicht, dass die Herausforderung im digitalen Zeitalter darin besteht, die neuen Technologien dafür zu nutzen, dass die Bedingungen für ein gutes menschliches Leben gestärkt werden und nicht geschwächt. Der Einsatz von digitalen Möglichkeiten soll das Leben der Menschen reichhaltiger, effizienter und nachhaltiger machen. Von der Begriffserklärung des Humanismus über ethische Kriterien der Digitalisierung bis zu einem neuen Bildungsbegriff behandelt das Seminar die politisch aktuellen Themen.

## Aufbau

1. **Was will der Digitale Humanismus?** – Ein philosophisches Programm gegen Euphorie und Apokalypse
2. **Sachen denken nicht** – Gegen die Überhöhung der Künstlichen Intelligenz
3. **Ethische Maschinen und andere Illusionen** – Warum der Mensch seine Verantwortung nicht an Maschinen delegieren kann
4. **Wahre Kommunikation** – Über Blasen, Lügen und Verbrechen
5. **Möglichkeiten und Paradoxien digitaler Demokratie** – Was uns die Philosophie über Netzpolitik lehrt
6. **Bildung für das digitale Zeitalter** – Sind die Humboldtschen Ideale noch aktuell?

## Dozent

Prof. Dr. Julian Nida-Rümelin, Philosoph und Professor für Philosophie und politische Theorie an der LMU München

## Zielgruppe

- › Dieser Kurs richtet sich an alle, die ein ethisches Interesse an den Digitalisierungsthemen haben oder sich beruflich mit neuen Technologien auseinandersetzen
- › Gleichzeitig unterstützt der Kurs dabei, Digitalisierungsthemen in Perspektive zu setzen und besser einordnen zu können

## Format

- › 6 Lektionen mit einer Gesamtspiellänge von ca. 135 Minuten
- › In Interviewsituationen geben Experten und Führungskräfte wertvolle Karrieretipps, basierend auf den eigenen Erfahrungen, und gewähren exklusive Einblicke in die Arbeitswelt
- › Begleitbuch als PDF



ZBIT AKADEMIE

# AGILE TEAMARBEIT

## 3 Methoden für erfolgreiche Innovationen



Auch auf  
Englisch  
verfügbar!



### Lernversprechen

Sie erfahren,

- › was die Kernidee agiler Zusammenarbeit ist und warum sie oft kostengünstig zu Innovationen nah am Kunden führt
- › was die drei Standards Scrum, Lean Start-up und Design Thinking ausmacht und wie sie im Unternehmen richtig eingesetzt werden
- › wie Sie Herausforderungen bei der Einführung und Weiterentwicklung agiler Methoden in Ihrem Team meistern.

### Management-Summary

Agile Teamarbeit verspricht nachhaltigen Erfolg. Das Geheimnis der Agilität: Die Teams lernen von ihrer Umwelt und speziell den Kunden. Die Zusammenarbeit wird immer wieder angepasst – ganz im Gegensatz zu klassischen Methoden, die auf der starren Abfolge von Planung und Durchführung beruhen. Innovationen können dadurch nah am Kunden und kostengünstig umgesetzt werden. Die drei wichtigsten Methoden sind: Scrum, Lean Start-up und Design Thinking. Im Kurs werden die Grundprinzipien der drei agilen Ansätze erklärt und Missverständnisse aufgeklärt. Führungskräfte lernen ihre besondere Rolle in agilen Organisationen: Es gilt den Konflikt zwischen Effizienz und Innovation zu meistern. Von der Theorie in die Praxis: SAP, ING, Wikimedia und Viessmann und das Start-up Verlingo zeigen den Einsatz agiler Methoden in ihrem Alltag.

### Über den Kurs

»Bei agiler Transformation sind alle im Unternehmen gefragt – von der Führungskraft bis zu jedem einzelnen Mitarbeiter.« Flavia Bleuel

### Dozent\*innen

**Dr. Holger Rhinow** – Experte für Design Thinking, HPI Academy | **Markus Adrezak** – Experte für Scrum und agile Strategieentwicklung | **Jan Schmiedgen** – Experte für Lean Innovation | **Flavia Bleuel** – Expertin für agile Führung und Organisationsentwicklung, HPI Academy | **Selina Mayer** – Expertin für agile Führung und Organisationsentwicklung, HPI Academy

### Aufbau

1. Was ist Agilität?
2. Agile Teamarbeit mit Scrum
3. Agile Teamarbeit mit Lean Start-up
4. Agile Teamarbeit mit Design Thinking
5. Die drei Methoden im Vergleich
6. Führung agiler Teams

### Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtspiellänge von ca. 240 Min.
- › Die Videoinhalte werden ergänzt durch Übungen, Reflexionsaufgaben, Quizfragen, weiterführende Lernempfehlungen und ein hochwertiges Begleitbuch
- › Einblicke in die Praxis führender Unternehmen und Organisationen

Jetzt Trailer  
ansehen »



### Zielgruppe

- › Teamleiter\*innen, die ihr Team für die Zukunft aufstellen wollen
- › Mitarbeiter\*innen in Teams auf der Suche nach zukunftsfähiger Zusammenarbeit
- › Agile Teams auf der Suche nach weiterer Inspiration
- › Organisationsentwickler\*innen



ZEIT AKADEMIE

# DESIGN THINKING



## Lernversprechen

- › In dem Kurs werden die Grundlagen und Denkweisen des Design Thinking vermittelt. Die Teilnehmer lernen dabei Werkzeuge kennen, die sie in eigenen Projekten nutzen können
- › Durch Praxisbeispiele und szenische Workshop-Situationen wird vermittelt, für welche Produkte und Situationen Design Thinking geeignet ist
- › Der Kurs bietet die Möglichkeit, einen Reflexionsprozess anzustoßen, da grundsätzliche Themen der Produktentwicklung und des unternehmerischen Handelns diskutiert werden

## Management-Summary

Was genau steckt eigentlich hinter dem Begriff Design Thinking? Wie kann Design Thinking helfen, den digitalen Wandel in Unternehmen erfolgreich zu gestalten? Und wieso spielt der Nutzer die wichtigste Rolle in diesem kreativen Innovationsprozess? Die zentrale Idee des Design Thinking liegt in der nutzerzentrierten Produktentwicklung. Dieser Kurs führt durch die sechs Phasen des Innovationsprozesses und vermittelt ein Verständnis für die Denk- und Arbeitsweisen im Design Thinking. Anschauliche Beispiele verdeutlichen, wie viel Potenzial und Spaß in der Zusammenarbeit multidisziplinärer Teams steckt. Der Kurs wurde gemeinsam mit der renommierten HPI Academy entwickelt und umgesetzt.

## Aufbau

1. **Einführung** – Was ist Design Thinking
2. **Verstehen** – Welches Problem wollen wir lösen?
3. **Beobachten** – Wer ist unser Nutzer und welche Bedürfnisse hat er?
4. **Synthese definieren** – Wie wir eine gemeinsame Sichtweise definieren
5. **Ideen finden** – Wie wir schnell wilde Ideen generieren
6. **Prototypen entwickeln** – Wie wir die Idee zum Leben erwecken
7. **Testen** – Was wir beim Testen lernen
8. **Agile Methoden** – Design Thinking im Unternehmen
9. **Leadership** – Design Thinking im Unternehmen
10. **Interview: Marc Brost im Gespräch mit Prof. Ulrich Weinberg** – Warum sich unser Denken verändern muss
11. **Interview: Marc Brost im Gespräch mit Prof. Ulrich Weinberg** – Was zeichnet ein erfolgreiches Team aus

## Über den Kurs

»Kurzweilige Lektionen mit hohem praktischen Anteil stecken an, gleich selber loslegen zu wollen. Hilfreich auch das Booklet dazu und am Ende mit Empfehlungen, das Thema zu vertiefen.«

## Zielgruppe

- › Breite Zielgruppe, unterstützt digitalen Wandel durch neues Mindset. Insbesondere relevant für Mitarbeiter, die in der Produktentwicklung tätig sind oder mit Innovationen im Allgemeinen zutun haben.

## Format

- › 9 Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtspiellänge von ca. 140 Minuten
- › Gefilmte Workshop-Sequenzen und Fallbeispiele ergänzen den theoretischen Input

## Dozent\*innen

Sechs Dozenten des renommierten Potsdamer Hasso-Plattner-Instituts: **Annie Kerguenne, Flavia Bleuel, Holger Rhinow, Dr. Steven Ney, Katrin Lütkemöller Shaw, Selina Meyer** Dr. Elsa Andrea Kirchner

Im Interview:

**Prof. Ulrich Weinberg**

Director School of Design Thinking

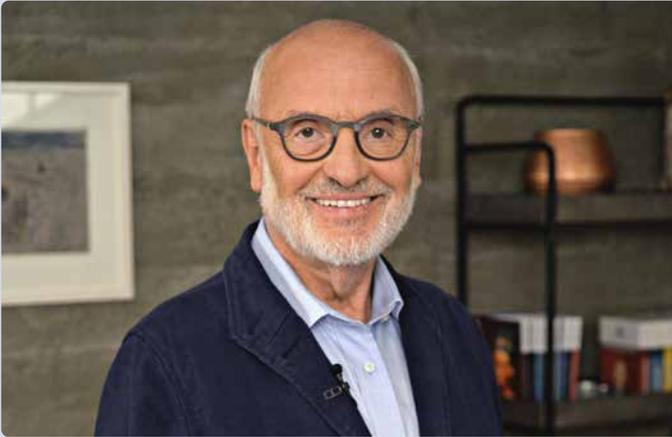
**Marc Brost**

ZEIT Redakteur



ZEIT AKADEMIE

# PERSÖNLICHKEIT



## Lernversprechen

Lassen Sie sich von Emotionen wie Ärger dominieren? Das Seminar zur Persönlichkeitsentwicklung kann da konkrete Hilfestellung leisten. Die richtige Portion Gelassenheit zu erlangen, ist der erste Schritt, um beruflich aber auch privat selbst das Steuer in der Hand zu behalten. Resilienz soll schließlich kein leeres Schlagwort mehr für Sie sein, sondern mit diesem Seminar wird Ihre psychische Widerstandsfähigkeit gestärkt.

Diplom-Psychologe Jens Corssen stellt Ihnen in 7 Lektionen des neuen Seminars »Persönlichkeit« sein Konzept des Selbst-Entwicklers vor. Der Coach macht bewusst, dass das Durchboxen starrer Ziele nicht zufrieden macht. Ziel ist es, Ihre psychische Widerstandskraft und damit Ihre eigene Persönlichkeit zu stärken.

## Management-Summary

Der Umgang mit Druck und Stress stellt viele Menschen vor große Herausforderungen — im privaten und beruflichen Umfeld. Diplom-Psychologe Jens Corssen ist profiliertes Berater für Spitzensportler und Manager und zeigt einfache Werkzeuge und Strategien für eine erfolgreiche Persönlichkeitsentwicklung. Sind Routinen einmal durchbrochen, werden Potenziale frei, die nicht nur zu persönlichem Erfolg, Gelassenheit und Zufriedenheit führen, sondern auch das Unternehmen weiterbringen.

## Aufbau

1. **Erfolg braucht Veränderung** — Warum neue Herausforderungen ein neues Denken benötigen
2. **Veränderung beginnt im Kopf** — Der Selbst-Entwickler und seine vier Werkzeuge
3. **Wie man Gewohnheiten durchbricht** — Hilfreiche Strategien auf dem Weg der inneren Veränderung
4. **Haltung und Gelassenheit** — Wie man eine grundlegend positive Haltung entwickelt
5. **Vom Wert der »gehobenen Gestimmtheit«** — Warum die richtige Stimmung zu Zufriedenheit und Erfolg führt
6. **Beziehungen und Respekt** — Warum es sinnvoll ist, sich mit »strahlenden Sternen« zu umgeben
7. **Sinn und Zufriedenheit** — Wie Sie zum Sieger Ihres »inneren Spieles« werden

## Über den Kurs

»Wunderbares Seminar. Die Geschichten prägen sich ein, die Übungen verändern die Haltung zum Leben, Arbeiten und Lieben. Ich habe richtig viel von Herrn Corssen lernen können. Schon nach den ersten Lektionen musste ich allen möglichen Menschen weiter erzählen, was mir klar wurde und habe verblüffende Erfahrungen durch ein paar einfache Veränderungen gemacht.«

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von ca. 189 Minuten

## Zielgruppe

- › Dieses Seminar richtet sich an alle, die an sich selbst arbeiten, mit mehr Gelassenheit durchs Leben gehen und sich Herausforderungen gestärkt stellen möchten.

## Dozent

### Jens Corssen

ist kognitiver Verhaltenstherapeut, psychologischer Berater und Autor. Der Coach für Persönlichkeitsentwicklung eröffnete bereits 1971 die erste Praxis für Verhaltenstherapie in Deutschland. Zu dieser Zeit ein Novum, da ausschließlich die Psychoanalyse praktiziert wurde.

Der Diplom-Psychologe gilt als Spezialist für mentale Selbstführung und berät Führungskräfte aus den Bereichen Wirtschaft und Medien, aber auch bekannte Fußballprofis. Zudem ist er Autor erfolgreicher Bücher und Hörbücher wie zum Beispiel »Der Selbst-Entwickler: Das Corssen Seminar« oder »Das Corssen-Prinzip: Die vier Werkzeuge für ein freudvolles Leben«. Mit dem von ihm geschaffenen Konzept des Selbst-Entwicklers arbeitet er als Referent und Keynote-Speaker bei Seminaren und Veranstaltungen in Deutschland, Österreich und der Schweiz.



ZEIT AKADEMIE

# VERHANDELN MIT ERFOLG



## Lernversprechen

- › Unser Verhandlungstraining im Verhandlungsführung Seminar fokussiert Sie, denn Verhandlungen gehören zum beruflichen und privaten Alltag eines jeden Menschen
- › Mit Strategie zum Ziel: Lernen Sie, wie man einen Verhandlungspartner analysiert, wie man das Motiv hinter der Position versteht und wie wichtig es ist, das eigene Ziel konkret zu formulieren und Handlungsspielräume einzuplanen
- › Mit fünf Strategien und mit dem Wissen um die wichtigsten Taktiken ihrer Anwendung lässt sich jede Verhandlung zum Erfolg führen. Im Anschluss an jede Lektion erhalten Sie Antworten auf die häufigsten Fragen aus der Praxis

## Management-Summary

Auch wenn es uns nicht immer bewusst ist: In vielen Lebenssituationen wird verhandelt. Im Unternehmenskontext geht es bei Verhandlungen nicht selten um hohe Budgets, Arbeitsplätze oder den nächsten großen Auftrag. Verhandlungsexperte Matthias Schraner stellt in diesem Kurs die wichtigsten Prinzipien der Verhandlungsführung vor. Mit fünf Strategien und dem Wissen um die wichtigsten Taktiken ihrer Anwendung lässt sich jede Verhandlung zum Erfolg führen.

## Aufbau

- 1. Die Grundzüge der Verhandlung**  
– von Konflikten und Beziehungen
- 2. Das Ziel der Verhandlung**  
– von smarten Vorhaben und Todsünden
- 3. Die richtige Strategie**  
– warum Alternativloses gefährlich ist
- 4. Die sieben Taktiken**  
– von Gemeinsamkeit und Respekt
- 5. Verhandeln im Team**  
– Warum die Strategie des FBI auch im Beruf funktioniert
- 6. Die Eskalation der Verhandlung**  
– Von der Kunst, gekonnt zu scheitern

## Zielgruppe

Verhandlung findet überall statt und ist somit für viele Mitarbeiter interessant:

- › Führungskräfte, da sie besonders oft Verhandlungen führen
- › Mitarbeiter im Einkauf, Recruiter in der Gehaltsverhandlung oder Mitarbeiter im Verkauf

## Dozent

### Matthias Schraner

Der Verhandlungsexperte Matthias Schraner wurde von Polizei und FBI für schwierigste Verhandlungen ausgebildet. Als Berater unterstützt er mit seinem Institut die UN, globale Unternehmen und politische Parteien in schwierigen Verhandlungen.

Er ist Autor der Bücher »Verhandeln im Grenzbereich«, »Der Verhandlungsführer«, »Teure Fehler« und »Faule Kompromisse« sowie Verfasser zahlreicher Publikationen.

Matthias Schraner berät Entscheidungsträger aus Politik und Wirtschaft in mehr als 40 Ländern, u.a. USA, China, Russland, Ukraine und Japan. Er ist Lehrbeauftragter für Verhandlungen an der Universität St. Gallen und Präsident der SNI LLC New York. Mit der von ihm entwickelten Negotiation Scorecard® werden zahlreiche Fortune 500 Companies unterstützt.

## Über den Kurs

»Spannend, auf den Punkt, gut strukturiert. Mir hat das Seminar außerordentlich gefallen. Die Inhalte sind sehr gut strukturiert und ich habe selten in so dichter Art und Weise derart viele spannende Informationen erhalten.«

»Informativ und anschaulich, noch dazu sehr gut vortragen.«

»Sehr überzeugend und gut nachvollziehbar.«

## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von ca. 144 Minuten



ZEIT AKADEMIE

# INTERKULTURELLE KOMPETENZ

Strategien für eine erfolgreiche Zusammenarbeit



## Lernversprechen

- › Dieser Kurs gibt Ihnen die Werkzeuge an die Hand, interkulturelle Kommunikation zu verstehen und dadurch erfolgreicher zu kommunizieren. Lernen Sie kulturelle Vielfalt neu kennen. Meistern Sie die interkulturelle Kommunikation. Werfen Sie einen Blick unter die Oberfläche. Lassen Sie Ihr Handeln nicht von Vorurteilen leiten – und entwickeln Sie nachhaltig interkulturelle Kompetenz
- › Ob als Vorbereitung für Ihren Aufenthalt im Ausland oder für Ihre Teamarbeit vor Ort: In vier Lektionen bekommen Sie fundiertes Wissen an die Hand, was Sie gleich in der Praxis anwenden können.
- › Strategien für eine erfolgreiche Zusammenarbeit

## Management-Summary

Interkulturelle Kompetenz können Sie erwerben und damit Sicherheit gewinnen. Unsere Kultur ist für uns so selbstverständlich, dass wir nicht darüber nachdenken. Das wird uns erst bewusst, wenn unsere gelernten Spielregeln nicht mehr greifen. Im Video-Seminar »Interkulturelle Kompetenz - Strategien für eine erfolgreiche Zusammenarbeit« erläutern Experten den Einfluss von Kultur auf unsere Kommunikation und Arbeitsweise. Diese Komplexität gilt es zu verstehen und zu steuern, um Missverständnisse zu vermeiden. Im Kommunikationstraining der ZEIT Akademie erfahren Sie alles, um Ihr heterogenes Team sicher zu steuern. Auch einen Auslandsaufenthalt können Sie damit perfekt vorbereiten.

Prof. Dr. Ulrich Kühnen beantwortet wichtige Fragen: Wie werden Missverständnisse aufgelöst, die durch Diversität im Team entstehen? Wie können Sie trotz unterschiedlicher Kommunikationsstile erfolgreich zusammenarbeiten?

## Aufbau

1. **Kultur verstehen** – dem Gegenüber zuhören, das Gehörte einzuordnen und sich selbst reflektieren
2. **Interkulturelle Kommunikation meistern** – wie wir trotz unterschiedlicher Kommunikationsstile erfolgreich zusammenarbeiten können
3. **Heterogene Arbeitsstile in Teams** – die Rolle von Verträgen, Verhandlungen, Führung und schließlich der Wahrnehmung von Raum und Zeit
4. **Interkulturelle Kompetenz** – auch in Zukunft sicher in interkulturellen Situationen auftreten

## Dozent\*innen

### Prof. Dr. Ulrich Kühnen

forscht als Professor an der Bremer Jacobs University seit über zwanzig Jahren zum Thema interkulturelle Kommunikation. Als Autor und Psychologe liegt sein Schwerpunkt genau an der Schnittstelle zwischen Kultur und Evolution. Seine Lehre wurde außerdem 2012 mit dem Preis »Teacher of the Year« ausgezeichnet.

### Dr. Nadine Binder

kennt die Tücken und Potentiale kulturell diverser Teams aus ihrer täglichen Arbeit. Die promovierte Trainerin ist in verschiedenen Unternehmen und Organisationen unterwegs, coacht, moderiert Workshops und erarbeitet gemeinsam mit den Kunden Lösungen für gelungene, interkulturelle Zusammenarbeit.

## Zielgruppe

- › Mitarbeiter, die einen Auslandsaufenthalt vor sich haben, mit Kontakten internationaler Herkunft zu tun haben oder eine interkulturelle Zielgruppe ansprechen
- › Führungskräfte von kulturell heterogenen Teams oder Mitglieder kulturell vielfältiger Teams. Aber auch Austauschstudenten, internationale Praktikanten und Mitarbeitende von Universitäten zur Vorbereitung und Begleitung von Austauschprogrammen

## Format

- › 4 Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von ca. 100 Minuten
- › Begleitbuch als PDF



ZEIT AKADEMIE

# WIRKUNGSVOLL KOMMUNIZIEREN

Storytelling, Körpersprache, Auftritt



## Lernversprechen

Sie erfahren,

- › wie Sie es schaffen, gehört und verstanden zu werden
- › wie Sie Ihre Botschaft finden und ihr für langfristigen Erfolg treu bleiben
- › wie Sie anhand von Übungen Ihr eigenes Auftreten in Bezug auf Körper, Mimik, Gestik und Stimme verbessern können
- › wie Sie wirkungsvoll kommunizieren und damit eine kohärente und erfolgreiche Unternehmensstrategie verfolgen

## Management-Summary

Die wirkungsvolle Kommunikation mit Mitarbeiter\*innen, Geschäftspartner\*innen und Kund\*innen wird zunehmend zur wichtigsten Kompetenz von Führungskräften. Sie entscheidet darüber, ob ein Unternehmen zielgerichtet wirkt oder ob es Unklarheiten in der Strategie gibt. Sie entschärft Konfliktsituationen und trägt zum wirtschaftlichen Unternehmenserfolg bei. Effektive Kommunikation ist keine Frage des Talents. Jede\*r kann lernen, eine Botschaft so zu vermitteln, dass sie ankommt und mitreißt.

Im Kommunikationstraining erläutert der erfahrene Coach Daniel J. Hanke, wie Sie Ihr Anliegen klar und unterhaltsam vermitteln, wie Sie mit Stimme und Körper überzeugen und welche Mittel Sie wählen können, wenn eine Kommunikationssituation aus dem Ruder zu laufen droht. Dieser Kurs fördert und stärkt Ihre natürliche Kommunikationskompetenz.

## Über den Kurs

»Egal, wie schlecht eine Nachricht ist und wie wenig Einfluss Sie oder Ihre Mitarbeiter\*innen darauf gerade haben – durch Ihre Fähigkeit zur Kommunikation können Sie aus jeder Gesprächssituation das Beste herausholen.« Daniel J. Hanke

## Zielgruppe

- › Führungskräfte aller Hierarchieebenen
- › Projektleiter\*innen, die überzeugen wollen
- › Interessierte Mitarbeiter\*innen
- › alle, die vor Publikum sprechen

## Dozent

**Daniel J. Hanke**

ist Vorstand und CEO der Kommunikationsberatung Klenk & Hoursch AG. Er macht Top-Führungskräfte aus Dax-30, Fortune-500 und dem Mittelstand fit für interne und externe Auftritte in erfolgskritischen Situationen. Als Medientrainer und Public-Speaking-Coach verfügt er über eine langjährige Erfahrung beim Entwickeln von starken Botschaften und emotionalen Storys, der gemeinsamen Arbeit an Körpersprache und Stimme sowie bei der Simulation von spezifischen Kommunikationsszenarien.

## Aufbau

1. **Das Storytelling** – Wie Sie mit starken Geschichten überzeugen
2. **Die Körpersprache** – Wie Sie eine souveräne und authentische Haltung entwickeln
3. **Der Auftritt** – Wie Sie auch in kritischen Situationen wirkungsvoll kommunizieren

Jetzt Trailer  
ansehen »



## Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtspiellänge von ca. 75 Minuten
- › Übungen, Reflexionsaufgaben und Quizfragen vertiefen das Thema
- › Begleitbuch als PDF



ZEIT AKADEMIE

# ÜBERZEUGEND KOMMUNIZIEREN



## Lernversprechen

- › Strategien und praxisnahe Tipps für Ihren beruflichen Erfolg
- › Marion Knaths vermittelt wertvolles Know-how für das überzeugende Kommunizieren
- › Tools für Kommunikation in Meetings, Vortragstechniken, Networking-Aktivitäten
- › Spielregeln hierarchischer Kommunikation
- › Körpersprache bewusst einsetzen
- › Wertvolle Karrieretipps: Entfalten Sie Ihr Potenzial, und heben Sie Ihre Karriere auf ein neues Level

## Management-Summary

Im Job gibt es professionelle Kommunikationsregeln. Wer sich durchsetzen möchte und Erfolg haben will, sollte diese Regeln verstehen, beherrschen und gezielt einsetzen können. Führungskräfte-Coach Marion Knaths gibt unter anderem Einblicke in die Themen Networking, Vortragstechnik, Körpersprache und Meetings. Sie erläutert die Spielregeln hierarchischer Kommunikation und erklärt, wie Sie mit Ihren Leistungen und Erfolgen sichtbar werden.

## Zielgruppe

- › Young Professionals
- › Berufserfahrene Frauen
- › Vom Berufseinstieg bis zum Aufstieg in die erste Führungsposition

## Format

- › 6 Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtspiellänge von ca. 160 Minuten
- › Vom Bewerbungsgespräch bis zur Präsentation: Zahlreiche Beispiele helfen, gängige und unbewusste Fehler zu vermeiden und eine sichere und selbstbewusste Kommunikation zu trainieren
- › Begleitbuch als PDF

## Dozentin

Marion Knaths — Führungskräftetrainerin

## Aufbau

1. **Kommunikation im Job** — Was im professionellen Umfeld anders läuft
2. **Der Einstieg** — Im Interview überzeugen
3. **Sich beweisen** — Sicher präsentieren und auftreten
4. **Das Ziel im Blick** — Im Meeting erfolgreich punkten
5. **Selfleadership** — Der Umgang mit mir, Kollegen und Ranghöheren
6. **Der Aufstieg** — Die erste eigene Führungsposition meistern

## Über den Kurs

»Ein sehr guter und sehr unterhaltsamer und kurzweiliger Kurs mit vielen fundierten Informationen, die sich sofort im Alltag auch praktisch anwenden lassen. Sehr wertvoll.«

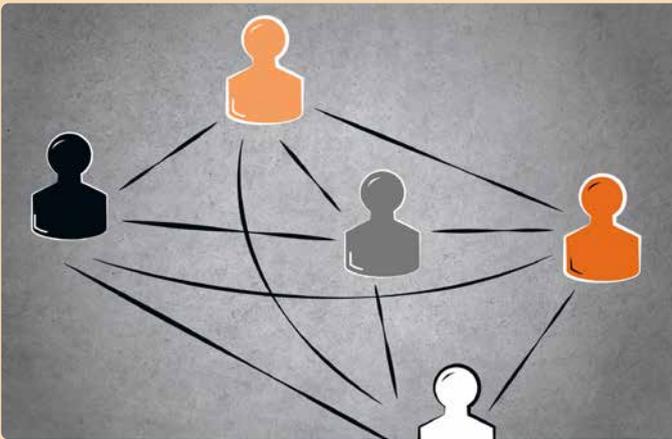
»Tolles Seminar mit vielen interessanten Einblicken und vor allem: wertvollen Hilfestellungen für den Berufsalltag.«



ZEIT AKADEMIE

# RICHTIG KARRIERE MACHEN

Wirkungsvoll auftreten und nachhaltig überzeugen



## Lernversprechen

Sie lernen,

- › die zentralen Werkzeuge beruflicher Kommunikation kennen
- › in Meetings und schwierigen Situationen selbstbewusst und klar zu kommunizieren
- › wie Sie Ihr eigenes Auftreten in Bezug auf Stimme und Präsenz verbessern und Präsentationen erfolgreich meistern
- › wie Verhandlungen funktionieren und mit welcher Strategie Sie zum Erfolg kommen

## Management-Summary

Erfolgreiche Kommunikation im Beruf trägt maßgeblich zu einem wirkungsvollen und überzeugenden Auftritt bei. Das Ausbauen der eigenen Kommunikations-Skills hilft außerdem oftmals dabei, den nächsten Karriereschritt zu machen und nachhaltig erfolgreich zu sein. Deshalb sollte man sich persönlich intensiv und proaktiv mit dem Thema der beruflichen Kommunikation auseinandersetzen. Wie trainiere ich meine Stimme und Präsenz für den Beruf? Wie gestalte ich eine Präsentation, die wirklich bei meinen Kollegen oder Kunden ankommt? Wie führe ich Verhandlungen zum Erfolg? Wie nutze ich Meetings für meine eigenen Interessen? Lernen Sie, die alltäglichen Aufgaben des Arbeitslebens besser zu meistern, wie renommierte Redner ihre Präsentationen vorbereiten, oder profitieren Sie von Strategien für die eigene Verhandlung. Entfalten Sie Ihr Potenzial, um beruflich richtig durchzustarten.

## Aufbau

1. **Zentrale Werkzeuge der Kommunikation**
2. **Pitch und Präsentation**
3. **Körpersprache** – Stimme und Präsenz
4. **Im Meeting punkten**
5. **Verhandeln** – Mit Strategie zum Erfolg
6. **Virtuell begeistern** – Die digitale Selbstvermarktung

## Über den Kurs

»Das Seminar ›Richtig Karriere machen‹ bietet in 6 Lektionen sehr interessante Hinweise für die berufliche und persönliche Karriere. Die verschiedenen Dozenten machen dabei mit ihrer jeweiligen Kompetenz einen bunten Reigen auf.«

»Ein guter Überblick über die Notwendigkeit, im Berufsleben auf dem Laufenden zu sein!«

## Dozent\*innen

**Antje Gardyan** – Geschäftsführerin der Organisationsberatung Flying FISH

**Julian Sengelmann** – Moderator, Schauspieler, Musiker und Sprecher

**Ole Tillmann** – Innovationsexperte, Moderator und Schauspieler

**Matthias Schraner** – Leiter des Schraner Negotiation Institut

**Lars Hahn** – Karriereexperte, Geschäftsführer von der Weiterbildungsgesellschaft LVQ

## Format

- › 6 Lektionen mit einer Gesamtspiellänge von ca. 135 Minuten
- › In Interviewsituationen geben Experten und Führungskräfte wertvolle Karrieretipps, basierend auf den eigenen Erfahrungen, und gewähren exklusive Einblicke in die Arbeitswelt
- › Begleitbuch als PDF

## Zielgruppe

- › Young Professionals
- › Menschen, die sich in der beruflichen Kommunikation weiterentwickeln wollen oder sich neue Skills aneignen möchten



ZEIT AKADEMIE

# ONLINE MARKETING

## EINFÜHRUNG INS ONLINE MARKETING

### Lernversprechen

Was ist Online-Marketing eigentlich genau? Was ist SEO? Was ist SEA? Und welche Rolle spielt Social Media dabei? Sobald implementiert, kann das Online-Marketing modern und dynamisch zu Ihren Unternehmensaktivitäten beitragen. Um dorthin zu gelangen, braucht es allerdings Know-how der anzuwendenden Tools und Kanäle.

Experten aus der direkten fortschrittlichen Praxis führen Sie durch das Seminar »Online-Marketing«. Philipp Westermeyer und Christoph Burseg, Gründer der »Online Marketing Rockstars«, machen Sie gemeinsam mit Prof. Dr. Armin Rott, dem wissenschaftlichen Leiter der Hamburg Media School, selbst zum Online-Marketing-Profi und unterstützen Sie bei der Entwicklung Ihrer unternehmenskonformen Strategie.

### Management-Summary

Welche SEO-Maßnahmen bringen die eigene Website im Google-Ranking nach vorn? Wie funktioniert der Facebook-Newsfeed und welche Faktoren bestimmen über den Erfolg eines YouTube-Videos? Online Marketing wird für Unternehmen immer wichtiger – und gleichzeitig anspruchsvoller. Der Video-Kurs »Einführung ins Online Marketing« bietet einen fundierten Einstieg in die wichtigsten Kanäle und Tools und praktische Anleitungen zur direkten Umsetzung von Kampagnen.

### Aufbau

1. **Grundlagen des Performance-Marketings**
2. **Google** – Website-Optimierung (SEO), AdWords (SEA) und Tracking
3. **Facebook** – Kampagnen-Management, Targeting und Newsfeed-Optimierung
4. **YouTube** – Reichweitenstrategien und Video-Optimierung
5. **E-Mail-Marketing** – Aufbau des Verteilers, Segmentierung und Anstoßketten
6. **Ausblick**

### Zielgruppe

- › Für Online-Marketing-Einsteiger und Mitarbeiter, die mit Online Marketing in Kontakt sind z.B. weil sie an Schnittstellen zwischen Produkt und Marketing arbeiten

### Über den Kurs

»Ich habe das Seminar gerade fertig gesehen und die Experten überzeugen! Man merkt, dass sie direkt aus der Praxis kommen und dieses Wissen auch in das Seminar tragen.«

### Dozenten

#### Christoph Burseg

ist Mitgründer mehrerer Unternehmen im Online Marketing und E-Commerce. Seine Schwerpunkte innerhalb des Online Marketings sind Suchmaschinenmarketing, Online Advertising sowie die Trenderkennung und -messung. Burseg ist zudem als internationaler SEO-Berater tätig und hält Vorträge auf Konferenzen und in Bildungseinrichtungen.

#### Philipp Westermeyer

Nach dem Studium der BWL und des Medienmanagements begann Philipp Westermeyer als Vorstandsassistent bei »Gruner + Jahr«. 2009 gründete Philipp Westermeyer gemeinsam mit zwei Partnern seine erste eigene Firma »adyard«. Philipp Westermeyer ist weiterhin Mitgründer von »Ramp106«, dem Veranstalter der »Online Marketing Rockstars«. Seine Schwerpunkte liegen auf digitaler Vermarktung sowie modernem Display-Advertising und Targeting.

#### Prof. Dr. Armin Rott

ist Professor für Medienökonomie an der »Universität Hamburg« sowie wissenschaftlicher Leiter der »Hamburg Media School«, bei deren Gründung er mitwirkte. Im Zeitraum von 2008 bis 2010 war er Professor für Medienökonomie und Internationales Management an der »Bauhaus-Universität Weimar«.

### Format

- › Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von ca. 247 Minuten



ZEIT AKADEMIE

# DSGVO



## Lernversprechen

- › Datenschutz in der digitalisierten Welt
- › Datenschutz-Management
- › Der Datenschutzbeauftragte, die Datenschutzerklärung
- › Die Verarbeitung personenbezogener Daten
- › Informationssicherheit und Betroffenenrechte
- › Technische und organisatorische Maßnahmen

## Management-Summary

Wie genau dürfen Daten zukünftig erhoben und gespeichert werden? Was ist verboten, und worauf ist unbedingt zu achten? Mit der DSGVO soll das Datenschutzrecht für die Herausforderungen einer digitalisierten Welt fit gemacht werden. Dieser Kurs liefert einen strukturierten Fahrplan zur sicheren Umsetzung der Datenschutz-Grundverordnung, klärt die wichtigsten juristischen Zusammenhänge und gibt einen Überblick über die Neuerungen, die seit dem 25. Mai 2018 eingeführt wurden.

## Aufbau

- 1. Einführung** – Welche Bedeutung hat Datenschutz in einer digitalisierten Welt?
- 2. Der Datenschutzbeauftragte** – Welche Aufgaben hat ein Datenschutzbeauftragter, und welche Anforderungen werden an ihn gestellt?
- 3. Das Verzeichnis von Verarbeitungstätigkeiten** – Was verbirgt sich hinter dieser Pflichtdokumentation, und wie kann sie pragmatisch erstellt werden?
- 4. Die Zulässigkeit der Verarbeitung** – Wann dürfen personenbezogene Daten verarbeitet werden?
- 5. Die Datenverarbeitung im Auftrag** – Worauf muss bei der Einbindung von Dienstleistern und Cloud-IT geachtet werden?
- 6. Die Rechte der betroffenen Person** – Wie können die Informationspflichten und Betroffenenrechte praxisingerecht umgesetzt werden?
- 7. Die Informationssicherheit** – Was sind geeignete technische und organisatorische Maßnahmen der Datensicherheit?
- 8. Die Datenschutz-Folgenabschätzung** – Wann und wie muss diese Risikoprüfung durchgeführt werden?
- 9. Das Datenschutz-Management** – Wie kann die Umsetzung der DSGVO nachweisbar sichergestellt werden?

## Dozenten

- Sebastian Herting** – Rechtsanwalt für Datenschutz- und Online-Recht, zertifizierter Datenschutzbeauftragter (TÜV)
- David Oberbeck** – Rechtsanwalt im Datenschutz und Wettbewerbsrecht, zertifizierter Datenschutzbeauftragter (TÜV)

## Zielgruppe

- › Egal, ob sie gerade ein Start-up gründen, Freiberufler oder Teamleiter eines großen Unternehmens sind: Die neue EU-DSGVO betrifft uns alle!

## Format

- › 9 Video-Lerneinheiten mit einer Gesamtlänge von ca. 100 Minuten
- › Ergänzendes Material: nützliche Links, wichtige Listen und Arbeitsvorlagen zum Download

## Über den Kurs

»Sehr guter Split zwischen rechtlicher Theorie und operativer Praxis«