

Sie sind Student und möchten Ihre fachübergreifenden Fähigkeiten verbessern? Sie haben Lust, Ihr eigenes Zeitmanagement zu optimieren und möchten lernen, wie Sie Ziele noch erfolgreicher als bislang erreichen können? Sie würden gerne Ihre kommunikativen Fähigkeiten, Ihre Teamfähigkeit und Ihr Talent zur Selbst-PR weiter ausbauen?

Wenn eine dieser Aussagen für Sie zutrifft, sollten Sie unsere Seminare besuchen!

Dort haben Sie Gelegenheit, wichtiges, sofort anwendbares Handwerkszeug für ein erfolgreiches Studium kennen zu lernen, das Sie auch später im Beruf und im privaten Leben täglich nutzen können.

Wir bieten Ihnen Seminare in drei Bereichen:

- 1) Selbst- und Zeitmanagement**
- 2) Präsentation**
- 3) Networking, Teamarbeit, Kommunikation**



Matthias Mayer

### **Meinungen von Teilnehmern** weitere unter [www.mmsc.de](http://www.mmsc.de)

»Sehr gute, direkt umsetzbare Tipps und Methoden.«  
Informatik-Student aus Hamburg

»Wichtige Inhalte wurden vermittelt (...) Alles andere als langweilig!  
Es hat mein Leben und wie ich darüber denke jetzt schon positiv verändert!«  
Wirtschaftsinformatik-Student aus Hamburg



Seminarpartizipant

## **Matthias Mayer Seminare & Coaching**

Badstr. 31  
13357 Berlin  
Telefon (030) 8161 5424

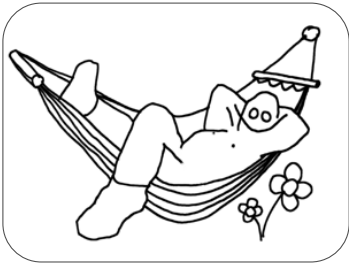
E-Mail [kontakt@mmsc.de](mailto:kontakt@mmsc.de)  
Internet [www.mmsc.de](http://www.mmsc.de)  
Telefax (030) 8161 5425

In einer abwechslungsreichen, individuell zusammengestellten Mischung aus Vorträgen, Einzel-, Partner- und Gruppenübungen wird der Stoff anschaulich und einprägsam vermittelt.

Unter [www.mmsc.de](http://www.mmsc.de) finden Sie immer unser aktuelles Seminarangebot. Einige unserer Hochschul-Seminare sind auch für extern Studierende und Berufstätige offen. Fragen Sie gerne nach!

Sie lernen in den einzelnen Schwerpunkten beispielsweise Folgendes:

### **Selbst- und Zeitmanagement**



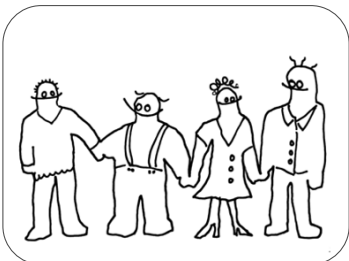
- Ziele formulieren und erreichen,
- Entscheidungen schnell und sicher treffen,
- mit Emotionen umgehen und innere Kräfte mobilisieren,
- Prüfungen effektiv vorbereiten,
- mit Zeit effektiv umgehen, Zeitpläne machen,
- an einer Vision für das eigene Leben arbeiten, beruflich und privat.

### **Überzeugend Präsentieren**



- die Vorbereitung einer gelungenen Präsentation,
- Entwicklung einer klaren Zielsetzung,
- Einsatz verschiedener Medien,
- Foliengestaltung,
- Verhalten vor Publikum (Stand, Gestik, Mimik, Atmung),
- Umgang mit Fragen und Kritik.

### **Selbst-PR, Teamarbeit, Kommunikation**



- ein Netzwerk von Menschen aufbauen und langfristig pflegen,
- Smalltalk üben,
- die eigenen Stärken erkennen und kommunizieren,
- in Teams erfolgreich arbeiten,
- Teams erfolgreich leiten,
- Zuhören lernen.

## **Referenzen – ausgewählte Hochschul-Seminare**

### **Universität Hamburg, Department Informatik**

Kompaktseminar »Erfolgreich und motiviert durchs Studium«

Workshop »Softskills fürs Studium: Zeit- und Selbstmanagement, Networking, Präsentation«

### **Northern Institute of Technology (NIT), Harburg**

Kompaktseminar »A Kick-Off Course in Personal Development«

### **FH Nordakademie, Elmshorn**

Kompaktseminar »Zeit- und Selbstmanagement«

### **Bucerius Law School, Hamburg**

Kompaktseminar »Zeitmanagement und Motivation«

### **Technische Universität Hamburg-Harburg**

Workshop »Presentation Techniques«

## **Über Dr. Matthias Mayer**

Dr. Matthias Mayer, Jahrgang 1968, arbeitet seit 2001 als Seminarleiter und Coach. Seine Schwerpunkte sind Zeit- und Selbstmanagement sowie die Unterstützung beim Erreichen persönlicher und beruflicher Ziele. Er arbeitet für diverse Firmen, vor allem in der IT Branche, und bundesweit für Hochschulen als Dozent im Bereich Schlüsselqualifikationen. Er besitzt eine Ausbildung als NLP-Master & Practitioner (DVNLP). Dr. Mayer promovierte in Informatik und besitzt ein Diplom der Kunsthochschule Hamburg in Visueller Kommunikation. Als Kommunikationswissenschaftler hat sich Matthias Mayer bereits während seiner Ausbildung intensiv mit den Eigenheiten menschlicher Kommunikation und Motivation beschäftigt.

Weitere Informationen - auch über die Partner: [www.mmsc.de/data/ueberuns](http://www.mmsc.de/data/ueberuns)