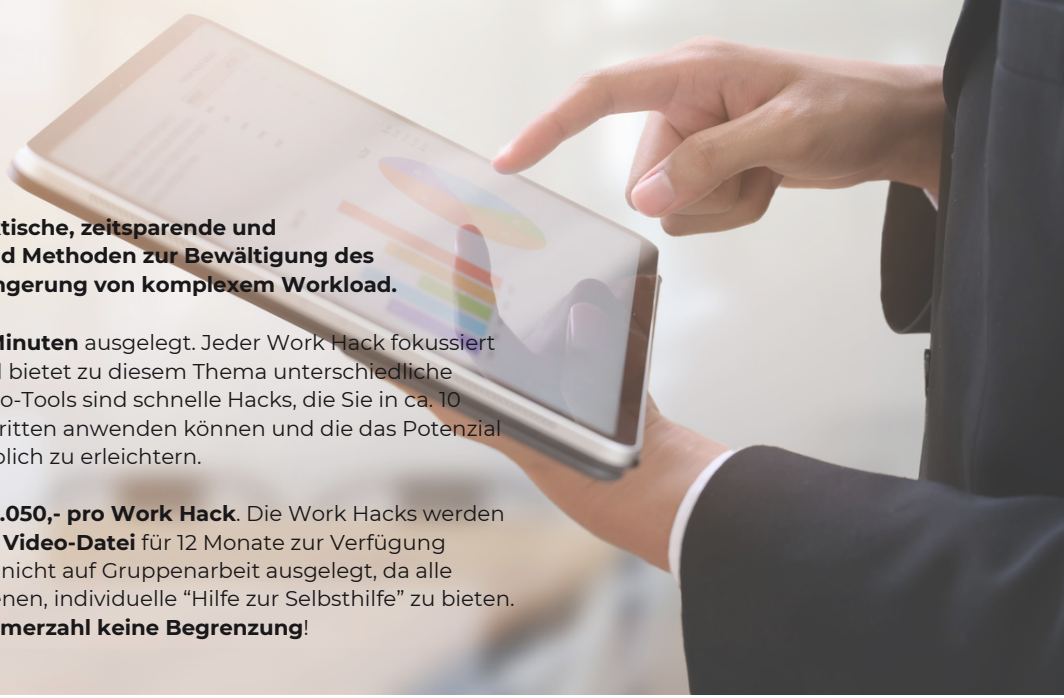




NANO-TOOLS FÜR DEN DIGITALEN ARBEITSALLTAG

# WORK HACKS

DIGITALE BASISKOMPETENZEN

A photograph of a person in a dark suit holding a tablet. The tablet screen shows a colorful bar chart with several bars of different heights and colors (red, orange, yellow, green, blue). The person's hand is visible, pointing at the screen. The background is blurred, showing what appears to be an office environment with windows.

**Work Hacks vermitteln praktische, zeitsparende und effizienzsteigernde Tipps und Methoden zur Bewältigung des Arbeitsalltags und zur Verringerung von komplexem Workload.**

Die Work Hacks sind auf **60 Minuten** ausgelegt. Jeder Work Hack fokussiert ausschließlich ein Thema und bietet zu diesem Thema unterschiedliche **Nano-Tools** (= Hacks) an. Nano-Tools sind schnelle Hacks, die Sie in ca. 10 Minuten und/oder in drei Schritten anwenden können und die das Potenzial haben, Ihren Arbeitstag erheblich zu erleichtern.

Die Work Hacks kosten **CHF 1.050,- pro Work Hack**. Die Work Hacks werden im Nachgang vertont und als **Video-Datei** für 12 Monate zur Verfügung gestellt. Die Work Hacks sind nicht auf Gruppenarbeit ausgelegt, da alle Methoden und Tools dazu dienen, individuelle "Hilfe zur Selbsthilfe" zu bieten. Daher gibt es **bei der Teilnehmerzahl keine Begrenzung!**

---

## MELANIE VOGEL

VUCA-Management Consulting GmbH  
Weiherweg 3, CH-9535 Wilen (TG)  
Geschäftsführung: Melanie Vogel, Holger Vogel  
UID CHE-331.304.957



# WORK HACKS

01

## EFFEKTIVE ONLINE-KOMMUNIKATION

Dieser Work Hack konzentriert sich auf die Grundlagen der digitalen Kommunikation. Die Teilnehmenden lernen, wie sie ihre Botschaften klar und prägnant in verschiedenen digitalen Formaten vermitteln können. Besonderes Augenmerk wird auf die Anpassung des Kommunikationsstils an verschiedene digitale Kanäle und Zielgruppen gelegt.

02

## DIGITALE MEETING-ETIKETTE

In diesem Work Hack geht es um die spezifischen Verhaltensregeln und Etikette, die bei digitalen Meetings zu beachten sind. Von der Pünktlichkeit und Vorbereitung über den richtigen Einsatz von Mikrofon und Kamera bis hin zur aktiven und respektvollen Teilnahme – die Teilnehmenden lernen, wie sie in virtuellen Meetings professionell auftreten und einen positiven Eindruck hinterlassen.

03

## VIRTUELLE TEAMARBEIT UND KOLLABORATION

In diesem Work Hack geht es um die Herausforderungen und Chancen der Zusammenarbeit in virtuellen Teams. Die Teilnehmenden lernen, wie sie effektiv in virtuellen Teams arbeiten können, einschließlich der Förderung von Teamgeist in einer digitalen Umgebung und Strategien zur Überwindung von Kommunikationsbarrieren.

04

## VIRTUELLE MEETINGS VORBEREITEN & MODERIEREN

In diesem Work Hack geht es um die Rolle der Moderation in virtuellen Meetings. Die Teilnehmenden lernen, wie sie digitale Meetings planen, strukturieren und leiten, um effiziente und zielgerichtete Diskussionen zu gewährleisten. Zudem werden Methoden zur Förderung der Teilnahme und zum Umgang mit Herausforderungen wie technischen Problemen oder abgelenkten Teilnehmenden vermittelt.

05

## DIGITALE WIRKUNG UND PRÄSENZ

Dieser Work Hack zeigt, wie man eine starke digitale Präsenz aufbaut und seine Persönlichkeit im virtuellen Raum wirkungsvoll präsentiert. Er umfasst Tipps zur Nutzung von Körpersprache und Stimme in Videokonferenzen, den Aufbau eines professionellen Online-Profiles und die Bedeutung von Authentizität in der digitalen Kommunikation.

06

## ZEITMANAGEMENT UND SELBSTORGANISATION IM HOMEOFFICE

In diesem Work Hack erfahren die Teilnehmenden, wie sie ihre Arbeit im Homeoffice effektiv organisieren und ihre Zeit managen können. Es werden Techniken zur Priorisierung von Aufgaben, zum Setzen von Zielen und zur Minimierung von Ablenkungen vorgestellt. Der Fokus liegt auf der Balance zwischen beruflichen Anforderungen und persönlichem Wohlbefinden.

07

## FEEDBACK UND ANERKENNUNG IN VIRTUELLEN TEAMS

Dieser Work Hack zeigt, wie man konstruktives Feedback und Anerkennung in einem virtuellen Umfeld vermittelt. Die Teilnehmenden lernen, wie sie regelmäßig und wertschätzend Rückmeldungen geben, um Motivation und Engagement in digitalen Teams zu fördern.





# WORK HACKS

08

## VIRTUELLE KONFLIKTLÖSUNG UND MEDIATION

Dieser Work Hack konzentriert sich auf die Bewältigung von Konflikten in digitalen Teams. Es werden Techniken vorgestellt, um Spannungen zu erkennen, konstruktive Gespräche zu führen und Lösungen zu finden, die für alle Beteiligten akzeptabel sind, ohne die Dynamik des virtuellen Teams zu beeinträchtigen.

09

## DIGITAL IN RESONANZ GEHEN

Dieser Work Hack vermittelt die Fähigkeit, in virtuellen Umgebungen eine echte Verbindung und gegenseitiges Verständnis zu schaffen. Die Teilnehmenden lernen, nicht nur Informationen auszutauschen, sondern auch Empathie, Vertrauen und ein Gefühl der Nähe zu entwickeln, obwohl physische Distanz besteht.

10

## DIE ROLLE DER DIGITALEN KÖRPERSPRACHE

Dieser Work Hack beleuchtet die Bedeutung der Körpersprache in der digitalen Kommunikation, auch wenn diese im Regelfall auf Kopf- und Schulteraufnahmen beschränkt ist. Die Teilnehmenden erfahren, wie sie nonverbale Signale in Videokonferenzen bewusst einsetzen und interpretieren können, um ihre Botschaften zu verstärken.

11

## DIGITALE STRESSBEWÄLTIGUNG & ZOOM-FATIGUE

Dieser Work Hack konzentriert sich auf den Umgang mit Stress und Überforderung in einer vernetzten Arbeitswelt. Die Teilnehmenden erhalten Strategien zur Entspannung und Stressreduzierung, um vor allem auch dem Phänomen der "Zoom-Fatigue" bzw. der Online-Müdigkeit vorzubeugen.

12

## EMPATHIE UND EMOTIONALE INTELLIGENZ IM DIGITALEN RAUM

Dieser Work Hack fokussiert sich auf die Entwicklung von Empathie und emotionaler Intelligenz in digitalen Interaktionen. Die Teilnehmenden lernen, wie sie nonverbale Hinweise in virtuellen Umgebungen interpretieren, emotionale Nuancen in schriftlicher Kommunikation vermitteln und ein positives digitales Arbeitsklima schaffen können.

13

## KULTUR DER TRANSPARENZ UND OFFENHEIT IN VIRTUELLEN TEAMS

Dieser Work Hack behandelt die Schaffung einer Kultur der Transparenz und Offenheit in digitalen Arbeitsumgebungen. Die Teilnehmenden erfahren, wie sie offene Kommunikation fördern, Feedback-Loops implementieren und eine vertrauensvolle Zusammenarbeit im virtuellen Raum aufbauen.

14

## LEITPLANKEN DER ZUSAMMENARBEIT IM DIGITALEN KONTEXT

Dieser Work Hack zeigt, wie man klare Regeln und Strukturen vereinbart, die für eine erfolgreiche und reibungslose Zusammenarbeit in digitalen Teams notwendig sind. Von klaren Kommunikationsrichtlinien über definierte Rollen und Verantwortlichkeiten, sowie Regeln für den Umgang mit digitalen Tools und Plattformen.





# BUCHUNG

Schicken Sie die Buchungsunterlagen bitte an:  
[post@melanie-vogel.com](mailto:post@melanie-vogel.com)

## BUCHUNG DURCH:

KUNDE:

---

ABTEILUNG:

---

ANSPRECHPARTNER:

---

ADRESSE:

---

PLZ ORT:

---

E-MAIL:

---

## RECHNUNGSEMPFÄNGER:

FIRMIERUNG:

---

PO-NUMMER:

---

ANSPRECHPARTNER:

---

ADRESSE:

---

PLZ ORT:

---

E-MAIL:

---

- Wählen Sie die Work-Hack-Themen, die Sie anbieten möchten. Die Gesamtanzahl legen Sie beliebig fest.
- **Jeder Work-Hack kostet CHF 1.050,- (netto). Die Work-Hacks werden im Nachgang zur online Live-Veranstaltung vertont und als Video-Datei für 12 Monate zur Verfügung gestellt.**
- Alle Work-Hacks sind als Vortrags-Format auf 60 Minuten online konzipiert.
- Die Work Hacks sind nicht auf Gruppenarbeit ausgelegt, da alle Methoden und Tools dazu dienen, individuelle "Hilfe zur Selbsthilfe" zu bieten.
- **Bei der Teilnehmerzahl gibt es keine Begrenzung!**
- Die Reihenfolge der Durchführung entscheiden Sie. Über welche Plattform Sie die Work-Hacks anbieten möchten, entscheiden Sie ebenfalls. Sollte Ihnen keine Plattform zur Verfügung stehen, können die Work-Hacks über unsere Plattformen Edudip (bis zu 1.000 Teilnehmende) oder Zoom (bis zu 100 Teilnehmende) angeboten werden. Zusatzkosten entstehen in dem Fall nicht.
- Sobald uns Ihre Buchung vorliegt, setzen wir uns persönlich mit Ihnen in Verbindung, um die Online-Durchführung (Nutzung welcher Plattform, Uhrzeiten und Turnus) zu besprechen. Auch über die adressierte Zielgruppe möchten wir ein bisschen mehr erfahren, damit die Themen ggf. inhaltlich angepasst werden können.



**JA, wir buchen verbindlich \_\_\_\_\_ Work-Hacks im Online-Format.**

Mit unserer Buchung akzeptieren wir die Datenschutzbestimmungen der VUCA-Management Consulting GmbH.  
Die Themen- und Terminwünsche senden wir per Mail an [post@melanie-vogel.com](mailto:post@melanie-vogel.com)

*Auf Wunsch erstellen wir Ihnen ein Angebot in Euro. Das Angebot ist 14 Tage gültig. Sollte innerhalb dieser Frist keine verbindliche Buchung erfolgen, sondern erst zu einem späteren Zeitpunkt, gilt der dann aktuelle Umrechnungskurs zum Schweizer Franken.*

DATUM

STEMPEL & UNTERSCHRIFT

# BRÜCKENBAU IN EINE NEUE ZEIT

Sie wollen Denkblockaden durchbrechen, Mitarbeitende und Führungskräfte zum innovativen Weiterdenken animieren und die Zukunftsfitness (Futability®) stärken? Sie möchten, dass Ihre Belegschaft souverän und handlungskompetent im Wandel navigieren kann? Dann sind Melanies VogelPerspektiven Ihre richtige Wahl!

## KONTAKT

VUCA-Management Consulting GmbH  
Melanie Vogel  
Weiherweg 3  
CH - 9535 Wilen (TG)  
vogel@VUCA-management.consulting

[www.melanie-vogel.com](http://www.melanie-vogel.com)

