Führung, Persönlichkeit und Gesundheit

Was bringt mich in Schwung? Mehr Motivation im Arbeitsalltag aktivieren

Termin
05.11.-06.11.2024
Weitere Termine siehe unten!

Referent
Marc Bayer
WEITERE INFORMATIONEN

Seminarnummer
243-11

Kursgebühr
Frühbucherpreis: 505,00 € NUR NOCH 109 TAGE
Regulärer Preis ab 05.09.2024: 560,00 €

Der Weg zu unseren Zielen führt über die Motivation. Diese gilt es zu wecken, zu fördern und aufrecht zu erhalten. Da wo dies nicht möglich oder zu aufwendig ist, können wir alternativ unsere Willenskraft aktivieren.
Ziel dieses Seminars ist es, das nötige Rüstzeug zu vermitteln, um in verschiedenen Kontexten noch erfolgreicher zu agieren. Moderne Arbeitsstrukturen und Interaktionsformen erfordern immer häufiger, dass wir in der Lage sind, uns und andere zu motivieren, inspirieren und positiv Einfluss auszuüben. Auch Demotivatoren im Arbeitsalltag zu erkennen und wirksam aus dem Weg zu räumen, werden wir in unserem Seminar thematisieren.

Inhalte

- Innere Motivation fördern und Demotivation vermeiden
- Beleuchtung der eigenen Motivatoren und inneren Antreiber
- Zwischen Erschöpfung und Engagement – sechs zentrale Faktoren im Arbeitsumfeld
- Reflexion der Motivationsansätze anhand konkreter, eigener Themen
- Reflexion des eigenen Teams im Hinblick auf Motivatoren, Antreiber und Belastungsfaktoren
- Meine eigenen Grundwerte und wie ich sie im Job leben kann

- Willenskraft vs. Motivation: Wie man schnell und einfach Willenskraft aktiviert

Methoden
Theorieinput; Selbstreflexion und Erfahrungsaustausch der Teilnehmenden; praktische Übungen anhand von eigenen, individuellen Thematiken; Auswertung, Diskussion im Plenum; Praxistransfer der Lerninhalte in den beruflichen Alltag

Zielgruppe
Offen für alle Berufsgruppen

Maximale Teilnehmerzahl
15

Termine / Folgeseminare
05.11.-06.11.2024

09.00 - 17.00 Uhr

Referent

Marc Bayer

Selbständiger Trainer, Berater

Sie haben Fragen?

Inga Weise
Bildungsreferentin

Telefon: 06222 55-2752
inga.weise@akademie-im-park.de