
Die Kraft der Psyche - Eigen- und Fremdmotivation steigern

In unserer sich ständig wandelnden Arbeitswelt sind wir oft mit Zielen konfrontiert, die von Vorgesetzten oder Kunden festgelegt werden. Wie kann man trotz dieser fremdbestimmten Ziele hoch motiviert bleiben? Die Herausforderung liegt nicht nur in den Zielen selbst, sondern oft auch in unserem Umfeld: Ein gereizter Kunde, eine schlecht gelaunte Kollegin oder ein Projekt, das nicht wie geplant verläuft. Diese äußeren Faktoren können eine demotivierende Wirkung haben und unser eigenes Engagement und unsere Einstellung negativ beeinflussen. Dieses Seminar zeigt Ihnen, wie Sie solchen Demotivationsfaktoren gezielt entgegenwirken können. Es geht nicht darum, externe Einflüsse zu ignorieren oder zu vermeiden, sondern vielmehr darum, wie Sie Ihre innere Einstellung und Ihre Motivation so steuern können, dass Sie trotz externer Herausforderungen fokussiert und positiv bleiben.

Das Seminar wird Sie durch den Prozess führen, Eigenmotivation zu entwickeln und gleichzeitig andere zu motivieren, auch wenn die Ziele und Umstände von außen vorgegeben sind. Ziel des Seminars ist es, Ihnen Werkzeuge und Techniken an die Hand zu geben, mit denen Sie Ihre Motivation und Ihr positives Denken selbst bestimmen können, unabhängig von äußeren Einflüssen.

Inhalte

- Verstehen, warum äußere Faktoren unsere Motivation beeinflussen
- Intrinsische und extrinsische Motivation
- Erkennen der eigenen inneren Antreiber und Motivationsblocker
- Techniken zur Stärkung der Eigenmotivation und des positiven Denkens
- Arbeiten im Flow - Das Leistungsdreieck der Motivation
- Wirkungsvoll und motivierend mit anderen Menschen umgehen
- Motivierende Ziele formulieren und erreichen
- Strategien zur Bewältigung von externen Demotivationsfaktoren

Termin

Das nächste Präsenzseminar findet am 11. und 12. Juni 2025 jeweils von 9.00 -17.00 Uhr in der Nähe von Köln statt.

Preis

Die Teilnahmegebühr beträgt 1.050,00 € zzgl. MwSt. Darin enthalten ist die Seminargebühr, Pausensnacks, Mittagessen, Pausengetränke, Teilnehmerunterlagen und ein Zertifikat.

Methoden

Trainerinput, Analyse, Einzel- und Gruppenarbeit, Übungen, Fallbeispiele, Rollenspiele, Praxisberatung

Zielgruppe

Alle, die motivierend mit anderen Menschen umgehen möchten.

Gerne führen wir das Seminar auch in Ihrem Unternehmen als Präsenz, Online-Training oder Blended Learning Konzept durch. Wir freuen uns auf Ihre Anfrage.