



Positive Selbstmotivation und Selbststeuerung – JETZT!

Zielsetzung und Nutzen

Motivation und erfolgreiche Selbststeuerung sind die Grundvoraussetzung für erfolgreiches Handeln – gerade in herausfordernden Situationen. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie Ihre Motivation steuern, Ihre Willenskraft aktivieren und Ihre Energie managen. Sie finden heraus, was Sie in dieser schwierigen Zeit motiviert, welche Strategien es gibt, Ihre Selbststeuerungskompetenz zu verbessern und wie Sie Ihren inneren Antrieb nutzen.



Inhalte und Methoden

- Eigene Bedürfnisse, Einstellungen und Überzeugungen wahrnehmen
- Gewohnheiten und unbewusste Motive – was bestimmt unser Handeln?
- Das eigene Motivationsprofil analysieren
- Blockaden aufdecken und abbauen
- Durch Entschlossenheit & Tatkraft positiv wirken

Formate, Dauer, Organisatorisches

- Moderiertes Online-Meeting mit max. 5 Teilnehmern
- Dauer: 2,5 Stunden
- Teilnehmer bringen ihre Themenwünsche, Lernfelder und konkrete „Praxisfälle“ ein
- Schriftliche Trainingsunterlagen werden vorab bereitgestellt