

Führungskräfte

EMPOWER YOURSELF! Energie und Motivation für das eigene Handeln

Motiviert sein, Lust und Energie haben, etwas zu tun oder zu bewegen, ist keine Hexerei. Motivation aus unserem inneren Kern, intrinsische Motivation, braucht jedoch die Berücksichtigung der eigenen, teils unbewussten, Bedürfnisse. Was uns motiviert hat viel mit der eigenen Persönlichkeit zu tun und es braucht daher individuelle Lösungen.

Motivationstrainings à la „Chaka Chaka“ verpuffen nach kurzer Zeit, es sei denn man ist zufällig der „Chaka Chaka“-Typ. Doch motiviert sein heißt nicht, dass wir immer im Flow sind. Gerade dann, wenn es mal schwierig oder zäh wird, zeigt sich wer motiviert ist. Sie oder er bleibt dann am Ball, trotz Schwierigkeiten. Die Energie für unser Handeln entsteht aus persönlichen Strukturen, welche ganz unterschiedlich sein können.

Dieses Training bietet die Möglichkeit, individuell eigene Ressourcen zu finden und aufzubauen. Sie erhalten praktische, leicht in den Alltag integrierbare Tipps, wie Sie selbst motivierter durch den Alltag kommen. Denn nur wenn Sie selbst Ihre Kraft- und Energiequellen kennen und effektiv nutzen, wird Ihr Team und Ihr gesamtes Umfeld davon profitieren.

Inhalte

- Was brauche ich persönlich?
- Bewusste Motive und unbewusste Bedürfnisse
- Mein Motto
- Aufbau von Ressourcen für den Alltag
- Persönliche Energiequellen finden und bergen
- Vorbereitung auf schwierige Situationen

Methoden

Vortrag mit Übungen, Gruppenarbeiten, Embodiment und Einzelarbeiten.

Zielgruppe

Führungskräfte und Fachkräfte mit Leitungsfunktion

Ihr Gewinn - Ihre Kompetenzen

- Sie finden leichter Zugang zu Ihren Kraft- und Energiequellen.
- Sie können Ihren Energielevel im Alltag steigern.
- Sie wissen, wie Sie sich in schwierigen Phasen motivieren.

Kurs Nr.	901-23
Termin	18./19. Oktober 2023 und 12. Dezember 2023 (Follow-up)
Zeit/Ort	jew. von 9 bis 16 Uhr, 24 UE*, AWO Akademie Saar
Referent	Klaus J. Weber; Coaching, Training, Entwicklung, Moderation und Selbstmanagement
Teilnahmegebühr	Für AWO-Mitarbeiter*innen, die über das Bildungsmanagement angemeldet werden, kostenfrei und 490,- € für AWO Selbstzahlende 579,- € für externe Teilnehmer*innen inkl. Pausengetränke
	<small>* 1 Unterrichtseinheit (UE) = 45 Minuten</small>

STAND: 29.11.2022