

Motivation I – Mit Vertrauen Herausforderung annehmen

Motivationsstrategien für den erfolgreichen Umgang mit Veränderung

Zielgruppe:

B-2 Manager
Bankstellenleiter
Experte professional
Gruppenleiter
RB-1 Manager / SGF Leiter

Ziele:

Wir leben in einer Zeit, in der Menschen ständig mit persönlichen aber auch beruflichen Veränderungen und Herausforderungen konfrontiert werden. In diesem Seminar erfahren Sie, welche Motivationstypen es in Phasen der Veränderung gibt und wie Sie Ihre Resilienz (Widerstandskraft) stärken können. Sie setzen sich mit Ihrem persönlichen Stärken/Schwachstellen- Profil auseinander und lernen Impulse und Strategien, die Ihnen helfen Krisen und schwierige Situationen im Berufsleben erfolgreich zu bewältigen.

Inhalte:

- Motivationstypen im Umgang mit Veränderung
- Die 7 Resilienzfaktoren
- Psychologische Strategien zur Stärkung Ihrer Resilienz

Methoden:

- Impulsreferate
- Rollenspiele und kreative Übungen
- Selbst- und Fremdeinschätzung der Motivationstypen mittels Fragebogen
- Strukturierte Gruppenarbeiten und Erfahrungsaustausch

Referentin:

Dr. Brigitte Bösenkopf, Arbeitsgemeinschaft für Präventivpsychologie
Psychologin, Mediatorin, Wirtschaftstrainerin und Biofeedbackexpertin

Dauer:

2 Tage, 09:00 – 17:00 Uhr
Beginn 1. Tag um 09:30 Uhr, Ende 2. Tag um 16:00 Uhr