

## Motivationsworkshop: *Finde dein WARUM!*

Motivation gehört zu den Grundpfeilern im erfolgreichen und verständnisvollen Miteinander. Wenn ich meine Motivatoren erkenne, bin ich in der Lage, Mittel zu finden, um meine Träume oder Ziele zu erreichen. Das gilt besonders in Situationen, die herausfordernd sind. Motivation bedeutet nicht nur die Stärkung des eigenen Selbstwertgefühls und der Stabilität, sondern auch offen zu bleiben. Für die Bedürfnisse der anderen, im beruflichen und privaten Kontext. Sie führt zur klaren und transparenten Kommunikation und fördert somit auch die psychische Gesundheit, weil innere und äußere Konflikte gelöst werden können.



### **Zielgruppe:**

Interessierte, KMUs, Führungs- und Fachkräfte, Auszubildende

### **Inhalte:**

- Eigen- und Fremdanalyse der eigenen Motivatoren
- Selbstwahrnehmung schärfen
- Möglichkeiten kennenlernen, um Motivation zu steigern
- Selbstwertgefühl steigern und Stabilität gewinnen

### **Effekte:**

- Die Motivation und damit die Zufriedenheit steigern
- Teambindung erreichen
- Stärkung des Einfühlungsvermögens
- Perspektivwechsel vornehmen
- Blockaden lösen, alte Glaubenssätze positiv verändern
- Individuelle Möglichkeiten erkennen und anwenden

### **Dauer:**

1-tägig (als Präsenzseminar oder online)