

neu

Web-Seminar Langfristig leistungsstark und motiviert Wege zur Eigenmotivation

Zielgruppe Führungskräfte der öffentlichen Verwaltung

Ihr Nutzen Umstrukturierungsprozesse und die Erhöhung der Arbeitsdichte stellen die Führungskräfte in den Verwaltungen vor neue Aufgaben. Um ihnen langfristig gewachsen zu sein und gesund zu bleiben, muss die Fähigkeit zur Selbststeuerung und Selbstmotivation stärker entwickelt werden. Auf der Grundlage neuer Forschungsergebnisse lernen Sie im Seminar verschiedene Wege kennen, die zu mehr Motivation bei Ihnen selbst und Ihren Mitarbeiter*innen führen.

Inhalt

- Charakterisierung der Belastungssituationen
- Persönlichkeitsebenen, die Einfluss nehmen können
- Unwillkürlichen Prozessen auf der Spur
- Die Gedanken steuern
- Das Leben in Balance halten
- Perfekt und fehlerlos? - Finden Sie realistische Ziele!
- Stabil unter Zeitdruck
- Mit Kritik und Ärger umgehen
- Ermutigung versus Demotivation
- Zum Umgang mit Ungewissheit
- Gehirngerechte Kommunikation nach innen und außen
- Das Körper-/Geist-System entspannen: Verschiedene Techniken
- Austausch und Beratung zu Ereignissen und Fällen aus dem Arbeitsalltag

Hinweise Sie benötigen einen PC / Laptop / Tablett mit Lautsprechern oder Kopfhörern. Teilnehmen können Sie mit Kamera und Mikrofon. Eine gesonderte Software ist nicht notwendig. Zur Anmeldung erhalten Sie die Zugangsdaten zu unserer SKSD-Lernwelt, welche für alle Ihre Web-Seminare gültig ist.

Wir haben uns für eine Erweiterung unseres bereits bestehenden Systems entschieden, so dass Ihre Daten nur innerhalb unseres Studieninstitutes verarbeitet werden.

Methoden Input mit Diskussion, Übungen, Gruppenarbeit mit Präsentation, Praxisfälle

Dozentin Dipl.-Soz. Heike Rutke (Dipl.-Soz., Coach, Mediatorin)

Nummer web-F-01-60/22

Termin **19./20. September 2022** von 09:00 bis ca. 16:00 Uhr

Ort Lernwelt

Entgelt 248,00 € Mitglieder des Zweckverbandes

322,00 € Nichtmitglieder

Zu allen neuen Veranstaltungen, neuen Terminen und Last-Minute-Angeboten können Sie sich auf www.skds.de informieren.