

## Zielgruppe

Fach- und Führungskräfte, Team- und Projektleiter/-innen, Ausbilder/-innen, Moderator/-innen sowie Dozent/-innen

min. 6 TN – max.12 TN

## Inhalte:

Gründe für Bedürfnisse und Motive zum Handeln erkennen

- Was ist eigentlich Motivation?
- Was treibt uns an?
- Selbstmotivation durch Visualisierung
- Optimistische Grundeinstellung
- positives Umfeld gestalten
- Meilensteine und Ziele setzen
- Entspannungstechniken

### Dauer

6 Stunden  
(08:30 bis 14:30 Uhr)

### Seminarnummer

WBC-16

### Kosten

Auf Anfrage

### Termine

Auf Anfrage

### Abschluss

Teilnahmebescheinigung

### Ansprechpartner

Frau Marit Tänzel  
☎ 03364-37- 5670  
✉ marit.taenzel@qcw.de