



Führung II

Energie ist der Motor des Lebens. Ihre persönliche Leistungsfähigkeit hängt wesentlich von der Ihnen zur Verfügung stehenden Energie ab. Eine gesunde Work-Life-Balance ist dabei Voraussetzung für eine ausdauernde Leistungsfähigkeit. Gerade deshalb ist es besonders wichtig, mit seinen Ressourcen sorgsam und richtig „hauszuhalten“ und als Führungskraft leistungsfördernde Arbeitsbedingungen zu schaffen, um Beschäftigten entsprechende Impulse geben zu können.

In diesem Training werden Sie für den bewussten Umgang mit Stress sensibilisiert, indem Sie „hausgemachte“ Überlastungen aufdecken und Grundlagen zu Zeitmanagement- und Arbeitstechniken erlernen.

Sie setzen sich mit Basiswissen aus der Motivationspsychologie auseinander, um ein Bewusstsein dafür zu erhalten, wie Sie zielorientiert Ihre Selbstmotivation beeinflussen können und welche Faktoren im Hinblick auf die Motivation von Mitarbeitern, eine besondere Rolle spielen.

Was erwartet Sie?

- ✓ Grundlagen Selbstmanagement
- ✓ Ursachen, Auswirkungen, Umgang und Vermeidung von Stress
- ✓ Zeitmanagement- und Arbeitstechniken
- ✓ Selbstmotivation & Mitarbeitermotivation



Die Seminardauer beträgt 3 Tage.



Filialleitungen

