

Ressourcen, Ziele und Motivation aktivieren

“Wer den Hafen nicht kennt, in den er segeln will,
für den ist kein Wind ein günstiger“

Realismus, Selbstvertrauen, aber vor allem eine klare, mentale Fokussierung
auf das eigene Vorhaben schafft Erfolg

gruenevaldunbogsich@gmx.de



Eine konkrete Zielvorstellung zu verankern, befähigt die Fokussierung auf eine klare Zukunftsvision und motiviert für jeden einzelnen Schritt und jede einzelne Maßnahme. Die ersehnten Vision bestimmt den eigenen Weg und die individuellen Zwischenetappen. Hürden können überwunden und Situationen und Randbedingungen klar kalkuliert werden. Dieser Kurs lehrt, konkret Ziele zu definieren, diese mental zu verankern und das Handeln so auszurichten zu lernen, dass das Ziel tatsächlich erreicht wird.

Was Sie lernen:

- Analyse Ausgangssituation
- genaue Zielerarbeitung
- realistische Betrachtung der Rahmenbedingungen
- Mentaltechniken zur Zielverankerung
- Übertragen der Ziele in eine Umsetzungsplanung
- Ressourcenaktivierung
- Zeitmanagement
- Mentaltechniken zur Motivation
- Techniken zur Überwindung von Krisen

Nutzen für Teilnehmende:

- Stärkung der eigenen Zielfokussierung
- Verbesserung der Klarheit und Gelassenheit bei der Umsetzung von Zielen
- daraus entstehend situations- und anforderungsgerechtes Handeln
- konstruktiver Umgang mit Fehlern und möglichen Niederlagen
- realistische Kompetenzerwartung und Erlernen der Abrufbarkeit von Leistung unter stressigen Bedingungen
- psychologisches Umprogrammieren auf Erfolg

Für wen der Kurs geeignet ist:

- Führungskräfte in allen Managementebenen
- Personalverantwortliche in allen Verantwortungsebenen
- Menschen, die ein Ziel umsetzen wollen

Methodik:

Der Kurs bietet neuestes Wissen aus der Arbeits- und Organisationspsychologie, der Führungspsychologie und dem Mentaltraining. Der Input wird anhand Ihres konkreten Vorhabens anwendungsbezogen durchdekliniert.

Ziel:

Sie werden in der Lage sein, Ihre Ausgangssituation klare und realistisch zu analysieren. Zudem sind Sie fähig, Ihre (individuellen od. kollektiven) Zielsetzung detailliert zu definieren. Das ermöglicht Ihnen eine Mobilisierung der nötigen Ressourcen. Sie werden situations- und anforderungsgerechtes Handeln und mögliche auftauchende Hürden überwinden lernen.