

# MOTIVATION & EMPOWERMENT

Motivation und Empowerment, wenn das immer so einfach wäre.

Neben dem inneren Schweinehund, den eigenen Glaubenssätzen, bis hin zur Aufschieberitis, gibt es etliche Dinge, die uns abhalten in Bewegung zu kommen.

Lernen Sie mehr über die Mechanismen der Eigen- und Fremdmotivation kennen, entwickeln Sie Strategien, verändern Sie Gewohnheiten und erreichen Sie ihre Ziele.

Erhalten Sie, an nur einem wertvollen Tag, wertvolle Einblicke. Kollaborieren Sie mit der Gruppe, um Einsichten zu erlangen und für sich neue Lösungsfelder zu erschließen.

## Die Inhalte

- Definitionen und Grundlagen von Motivation und Empowerment
- Arbeiten an berührenden Individual- und Teamthemen
- Methodentraining und Werkzeuge, um sich selbst und andere motivieren zu können
- Tipps und Tricks von motivierender Kommunikation
- professionell moderiert, mit beherrschter Technik
- Transfer in den Arbeitsalltag

## Ihr Invest

- Ein Tag
- 229 Euro (incl. MwSt.)

## Die Daten

Ort: Online

Zeit: 14 Juli 2020, 9:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Melanie Bödecker und Martina Amboom

Preis: EUR 229,-- incl. MwSt.

## Ihre Coaches



### MELANIE BÖDECKER

Organisational Change  
Managerin & Business Coach



### MARTINA AMBOOM

Team- und Organisationsentwicklerin  
Prozessbegleiterin (Facilitator)



Erlernbare Tools und  
Methoden zur direkten  
Anwendung



Theoretische Inhalte mit  
Transfer in den Alltag



Gemeinsames Reflektieren  
und Inspirieren