



**WISSEN
MACHT
ERFOLG**

Motivation im Beruf

Innere Antriebskräfte erkennen
& gezielt einsetzen

🔑 Darum lohnt sich der Kurs

Stärken Sie Ihre inneren Motivatoren für mehr Erfolg im Beruf. Mit praktischen Übungen und einem speziellen Test erfahren Sie vom Experten Gregor Heise, wie Sie Ihre Ziele effektiv verfolgen und Stress vermeiden. Ideal für Ihr persönliches Wachstum.

Das nehmen Sie mit

Motiviert zu sein heißt, seine Ziele mit der nötigen Energie und Ausdauer in Übereinstimmung mit den eigenen Bedürfnissen zu verfolgen. Klingt zwar einfach – doch wenn man genauer hinschaut, stellt sich die Frage: was sind denn nun die tatsächlichen Bedürfnisse, die mich motivieren? Offenbar ist das nicht immer so einfach zu beantworten.

In diesem Seminar erforschen Sie mittels eines profunden psychologischen Tests Ihre eigene Motivation. Sie wissen dann in welchen der 4 Felder: Beziehung – Leistung – Macht – Freiheit Ihre größten Kraftquellen liegen und wie Sie diese für sich bestmöglich nutzen. Ist ihr Verhalten zudem besser auf Ihre inneren Bedürfnisse und Kraftquellen abgestimmt, vermeiden Sie Stress und Überforderung. Sie erleben öfter das Gefühl, im Einklang mit sich zu sein. Gleichzeitig erhöhen Sie Ihr Gespür für die Motivatoren anderer und können so Ihr eigenes Kommunikationsverhalten besser auf andere abstimmen.

Ihr Programm im Überblick

- Unterschiedlicher Motivationstheorien kennenlernen und für die berufliche Praxis nutzen
- Analyse der eigenen Motivlandschaft (bewusste und unbewusste Motive) mit dem TOP/EOS Testverfahren von Julius Kuhl sowie der Selbststeuerungskompetenzen (Onlinetest 14 Tage vor dem Seminar)
- Innere Kraftquellen und Bedürfnisse durch Reflexion der Testergebnisse erschließen
- Integration von Erkenntnissen aus der Neurologie und der PSI-Theorie zur weiteren Erklärung und Anwendung der Motivationskonzepte.
- Persönliche Entwicklungsziele definieren und Umsetzungsschritte konkretisieren
- Motivierende Ziele setzen und verfolgen
- Erhöhung der eigenen Zugkraft bei herausfordernden Projekten
- Bewältigung von Misserfolgen – der Demotivationsfalle entkommen
- Motivationslage bei anderen erkennen
- Stärken und Schwächen in der Selbststeuerung erkennen
- Übungen zu den Themen:
 - Ziele motivierend formulieren, visualisieren und energetisieren
 - Erspüren und Ansprechen von eigenen Bedürfnissen
 - Stress abbauen – Resilienz stärken
 - Motivieren von Kolleg*innen/Teams

- Motivierende Kritikgespräche führen
- Abgrenzen und „Nein“-Sagen
- Delegieren von Aufgaben
- Aufschiebeverhalten überwinden
- Tipps, um den Alltag bedürfnisgerechter zu gestalten

Interessant für

- Personen, die einen tieferen Einblick in die eigene Persönlichkeit gewinnen möchten
- Personen, die ihre Fähigkeiten zur Selbst- und Fremdmotivation verbessern möchten
- Personen, die neue Wege zur Motivation anderer kennenlernen wollen

Referent*in



Mag. Gregor Heise

Selbstständiger Trainer und Coach / Spezialist für nachhaltiges Führen

Termine & Optionen

DATUM	DAUER	ORT	FORMAT	PREIS
26.09.2025	1 Tag	Wien	Präsenz AKTION	€ 690,- € 586,50

Preise exkl. MwSt.

Beratung & Buchung



Kathrin Brumm

☎ +43 1 713 80 24 60 ✉ bildungsmanagement@ars.at