



## Mentale Power für mehr Freude im Job – Energie einfangen und Potential freisetzen!



Könnte mein Arbeitsumfeld motivierend, wertschätzend und humorvoll sein? Es gibt sie längst – glückliche Menschen, Firmen und Institutionen, die auf diese Werte setzen und damit nachhaltig Arbeitsqualität und Mitarbeiterzufriedenheit verbessern. Das Geheimnis liegt in einem wertschätzenden Arbeitsfeld, in dem Spielfreude, Lust und Spass, Konzentration und engagierte Mitarbeiter für mehr Energie, Begeisterung, höhere Produktivität und neue Kreativität sorgen.

Zielgruppe

Hauswarte

Ziele

- Denkangebote zum Glücklich-Bleiben in einer dynamischen und immer komplexer werdenden Hauswart-Welt
- Elemente von mentaler Power kennenlernen und erfahren
- Kennenlernen und Erleben von vier Handlungsmaximen, die Ihre Arbeits- und Lebenseinstellung revolutionieren und kreative Umsetzung im eigenen Berufsalltag
- Schärfung der eigenen Wahrnehmung und Reflexion
- Handeln priorisieren und nein sagen zu können
- Förderung und Integration von Humor, Spiel und Spass im Berufsalltag
- Kennenlernen von agilen Denkangeboten und deren Integration in den Berufsalltag

Inhalt

In einem praxisnahen und motivierenden Rahmen lernen die Teilnehmenden verschiedene Denkangebote, Methoden und Tools für mehr Glück, Motivation und Potentialfreisetzung im Berufsalltag kennen. Nur wer glücklich ist, kann längerfristig Leistung bringen!

Dieses Seminar liefert konkrete Methoden, die Ihnen dabei helfen, glücklich zu werden, zu bleiben und dadurch leistungsfähiger zu sein.

Aspekte und Beispiele sowie Strategien aus der Lebenspraxis glücklicher Menschen sowie neueste Erkenntnisse aus der Gehirnforschung werden ebenfalls thematisiert.

Kosten

Zu definieren

Dauer

Mi 28. September 2022, 08.30-16.30 Uhr

Dozent

Kilian D. Grütter, Executive MBA UZH, MAS UZH, MAS SHE PHTG, Inhaber und Geschäftsführer, Mediator FHNW, Coach und Berater

Anmeldung

<https://www.hfins.ch/kurse>