

# WORK-LIFE-BALANCE

## 1-Tages-Seminar

### DAS NEUESTE

## Mehr Lust auf Leistung und Erfolg



Langfristige Leistungsfähigkeit setzt die Balance aller Lebensbereiche voraus. Einseitige Belastung führt zu Verschleißerscheinungen, Frustration und Stress. Das weiß jeder Spitzensportler und trainiert deshalb ausgewogen. Das neue Seminar macht Sie auf diese Weise fit für den Erfolg – in jedem Bereich. Sie gewinnen Zeit, Gelassenheit und mehr Lebensqualität.

**Sie lernen Ihre Lebensmotive kennen, gewinnen Klarheit über Ihre Lebensziele und setzen bisher ungenutzte Energiereserven frei.**

Das größte Hindernis bei der Umsetzung von Plänen und Vorsätzen ist für viele Menschen der berühmte "innere Schweinehund". Und der hat viele Gesichter: keine Zeit, keine Lust, keine Energie, keinen Mut...

Die zentrale Frage ist also: Wie schaffe ich es, mich täglich für meine beruflichen und privaten Ziele zu motivieren und Blockaden, die mich an meiner Leistung hindern, zu überwinden?

**Mit der Motivatoren-Analyse® lernen Sie, Ihren inneren Turbo zu zünden und jeden Tag richtig Gas zu geben.**

#### Seminarinhalte:

- Die verhaltensbiologischen Grundlagen für dauerhafte Leistungsmotivation.
- Der Zusammenhang zwischen Glück, Flow, Work-Life-Balance und Lebensqualität.
- Was treibt Sie an? Analyse Ihrer individuellen Lebensmotive (Werte-Profil nach Reiss).
- So steigern Sie Ihre Umsetzungskompetenz und zünden Ihren inneren Turbo: Ihr persönliches Motivatoren-Profil.

#### 7 gute Gründe, warum Sie dieses Seminar besuchen sollten:

- Sie lernen, Ihre berufliche und Zielplanung mit Ihren persönlichen Lebensmotiven und individuellen Motivatoren (Ihre Bremsen und Beschleuniger) zu verknüpfen.
- Sie planen konkrete Jahresziele und Aktionsschritte für Ihren Lebensbereich "Arbeit & Leistung" und setzen damit motivierende Ziele in konkrete Handlungen um.
- Sie bündeln Ihre Lebensenergie und lenken sie auf Ihre wirklich wichtigen Ziele.
- Sie haben mehr Lust auf Leistung, Ihre Kreativität nimmt zu, und Sie sind besser geschützt gegen Burnout-Erscheinungen.
- Sie erkennen Ihre individuellen Stressauslöser und erfahren, wie Sie in den "Flow" kommen.

- Sie vollziehen im Seminar die ersten, entscheidenden Schritte vom Wollen zum Tun.
- Sie erhalten individuelle und hochwertige Feedbackreports der Analyseinstrumente "Reiss-Profil®" und "Motivatoren-Analyse®".



*Investieren Sie 1 Tag für Ihre Lebensqualität – profitieren Sie Ihr Leben lang!*

*Wenn nicht so, wie denn?*