>> Eigenmotivation und Selbstmanagement

in einer digitalen Arbeitswelt

EGOS! the education company

Online-Schulung mit Übungen. Teilnehmer erhalten Klarheit, wie man die eigene Motivationslage positiv steuern kann und erhalten Kenntnis über erfolgreiches und gesundes Selbstmanagement in digitalen Zeiten.

Ihr Nutzen

In diesem Training lernen Sie, wie Sie mit klarer Prioritätensetzung zum einer höheren Zufriedenheit im (Arbeits-)Alltag kommen. Als wichtiges Thema wird auch das Thema Umgang mit Informationsflut, Betriebshandy & Co. - Motto: "Abschalten können!" bearbeitet

Voraussetzungen

Empfehlenswert für alle Kollegen, die ihre Motivation und ihr Selbstmanage

Preis pro Teilnehmer

EUR 0,- exklusive der gesetzlichen MwSt.

Seminardauer

1 Tag(e)/Day(s)

Hinweise

Version:

Seminarinhalte

Tag 1
* Fragen zur Motivationssuche:
- Was sind meine persönlichen Treiber?
- Wahrnehmung der persönlichen Motivations-und Demotivationsfaktoren

* Bewusstmachen der eignen Ressourcen und Potenziale

* Ansatzpunkte, wie man entstehenden Stress aktiv positiv steuern kann

* Vorteile und Bestandteile klarer Ziele

Tag 2
* Kernpunkte eines effektiven Umgangs mit den eigenen Zeitressourcen

* Durchbrechen üblicher und Generierung neuer, effizienter Arbeitspraktiken

* Umgang mit Informationsflut, Handy und Co. im (Arbeits-)Alltag
- das Bewusste „on“ und „off“

EGOS! PDF MVC Content Application Framework v9.2611.18.1. ©2026 EGOS! The Education Company, Alle Rechte vorbehalten. Created on 27.11.2026 08:11:58. ID9965. Eigenmotivation und Selbstmanagement in einer digitalen Arbeitswelt

©2026 EGOS! The Education Company, Alle Rechte vorbehalten.