

Selbstmotivationstechniken für Führungskräfte - Wer motiviert den Chef:in?

Viele Führungskräfte hatten sich ihre Führungsposition anders vorgestellt. Manche wurden "hinein befördert", andere wollten diesen Job unbedingt haben.

Doch nach einer Weile lastet der Druck der Verantwortung schwer auf ihnen. Man ist für so vieles verantwortlich. Mit jedem Jahr wird es ein bisschen mehr. Jahr für Jahr nimmt die Belastung zu, wächst der Stress und der Erfolgsdruck auch. Irgendwann ist die Frustration groß und die Demotivation steigt. Die eigenen Mitarbeiter:innen sehen es auch nicht als ihre Aufgabe an, den Chef:in zu motivieren. Warum auch? Schließlich wird erwartet das der Chef:in die eigenen Mitarbeiter:innen motiviert und nicht andersherum. Besonders in diesen Zeiten des zunehmenden Fachkräftemangels und der Gefühl zunehmenden Wechselbereitschaft der Mitarbeitenden. Also muss man als Chef:in an der Selbstmotivation arbeiten. Aber wie? Darum geht es in diesem Seminar.

Ihr Nutzen: Sie erfahren, was Ihre ganz individuellen Motivatoren sind und wie Sie sich, auch in schwierigen Zeiten, immer wieder unter die "Motivationsdusche" stellen können. Das gibt Kraft und erhält den Spaß an der Arbeit.

Inhalte des Seminars:

- Die persönliche Motivationsanalyse
- Eigene Motivatoren erkennen und im Alltag integrieren
- Umgang mit demotivierten Mitarbeiter*innen
- Wie Sie mögliche Frustrationszyklen durchbrechen
- Die Macht der Motivationsdusche
- Motivierende Ziele setzen und auch erreichen
- Die wichtigsten Regeln zum Abbau von Stress und Aufbau von Motivation

Hinweis: Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt. Methoden: Theoretischer Input aus mehr als 25 Jahren Klinikerfahrung, Berücksichtigung individueller Ausgangssituationen, Gruppendiskussion, Einzelarbeit

Seminarinformationen

Kategorie:

Referenten:

-

Frau Heike Beck-Cobaugh Personalentwicklung, Konfliktmediation & Coaching

Termin(e)

06.03.2025, 09:30 bis 17:00 Uhr

(
■

noch 12 freie Plätze)

Veranstaltungsort: Die Wolfsburg / Kath. Akademie im Bistum Essen

[Für diesen Termin anmelden](#)

13.11.2025, 09:30 bis 17:00 Uhr

(
■

noch 12 freie Plätze)

Veranstaltungsort: Die Wolfsburg / Kath. Akademie im Bistum Essen

[Für diesen Termin anmelden](#)

Fortbildungspunkte für beruflich Pflegende:

8 Punkte

Teilnahmegebühr

325 EUR für Mitglieder des BBDK

425 EUR für Nichtmitglieder

Die Teilnahmegebühr wird nach Erhalt der Rechnung fällig. Sie beinhaltet bei Präsenzseminaren die Pausengetränke, ein Mittagessen und eine Kaffeepause am Nachmittag.

Die Teilnahmegebühr für den zweiten Teilnehmer aus einem Krankenhaus verringert sich um 10 %, ab dem dritten Teilnehmer um 20 %.

Bei einem Rücktritt bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn entstehen keine Kosten. Erfolgt eine Abmeldung später, ist der gesamte Betrag zu entrichten. Selbstverständlich ist eine Vertretung des angemeldeten Teilnehmers möglich.

Weitere Termine werden im Laufe des Jahres veröffentlicht.

[Zurück](#)