

Selbstmotivation und Motivation

DMTF+MAB



Paul Watzlawicks These: „Man kann nicht nicht kommunizieren“
bedeutet übertragen in den Bereich der Motivation: „Man kann nicht nicht motivieren.“
Das Erleben einer Situation, das Wissen um die zu erledigenden Aufgaben, sowie jedes Wort
und jede Handlung führen in uns zu einem inneren Impuls: etwas zu tun oder sein zu lassen.
Wenn wir etwas zu erledigen haben und die Leidenschaft dafür gerade im „Keller“ ist – fühlt sich
das gar nicht gut an. Also gibt es einen Handlungsbedarf! Warum?
Weil es um unsere Lebensqualität geht.

Termin: Freitag, 13. März 2020, 10.00 – 17.00 Uhr



Seminarleitung: **Mag. Martin Salvenmoser,**
Psychotherapeut und Mentalcoach

Veranstaltungsort: Graz, AK Otto-Möbes-Akademie; Stiftingtalstraße 240, 8010 Graz

Organisation: Berufsverband der DMTF+MAB Österreichs,
Angela Meister, 0664/49 80 808

ZIELE und Inhalte:

► **Selbstmotivation:**

„*Ich lass mir doch nicht alles gefallen, auch nicht von mir selbst!*“
(Viktor E. Frankl)

Mir selbst einen „Ruck“ geben; mich begeistern können; von „ich muss“ zum
„ich will“; Anders betrachten; Selbstbestimmung und Fremdbestimmung;
Mentaltraining; Visualisierungen.

► **Motivation:**

„*Motivieren ist: Den ersten Schubs geben auf der Schaukel.*“
(Hermann Lahm)

Andere zu Handlungen „bewegen“; Wirkung erzielen; „Ausreden“ und
„Einreden“; „Schönreden“; Andere begeistern; Compliance; Mit Worten
„zaubern“; Überzeugen; Motivations-Strategien; Reframing.

Seminarbeitrag: € 105,- für DMTF+MAB-Verbandsmitglieder
€ 175,- für Nichtmitglieder
(Kaffee- u. Mittagspause sind in der Kursgebühr inkludiert)

Teilnehmerzahl: min. 10 – max. 20 Personen

Anmeldung: Berufsverband der DMTF+MAB Österreich,
www.dmtf-mab.at E-Mail: m.lammer@dmf-mab.at

Anmeldeschluss: 31. Jänner 2020

Zertifizierung: 8 FB Punkte