

Misserfolge und Rückschläge gehören zum Leben. Deshalb sind aber auch Erfolge, besonders wenn sie schwer erkämpft worden sind, so befriedigend. Die Kehrseite der Medaille: Manchem fehlen die täglichen Erfolgserlebnisse. Und dies ist kritisch, weil Erfolg der beste Motivator ist und bei Misserfolg Demotivation droht.

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie bei Rückschlägen motiviert bleiben und durch den richtigen Umgang mit Schwierigkeiten persönlich stärker werden. Sie entdecken Ihre individuellen Resilienzfaktoren und lernen, wie sie diese stärken und aktivieren können. So können Sie sich trotz widriger Umstände immer wieder aufrichten und das Beste aus der jeweiligen Situation machen.

- **Zwei Grundhaltungen – Erdulder oder Gestalter**  
Vom Opfer zum Täter werden
- **Frustrationstoleranz und Selbstmotivierung**  
Die Balance zwischen Problembewusstsein und Optimismus finden
- **Erfolge und Misserfolge verarbeiten**  
Erleben, reflektieren, lernen
- **Resilienz – die sieben Säulen**  
Optimismus, Akzeptanz, Lösungsorientierung, Opferrolle verlassen, Verantwortung übernehmen, Netzwerkorientierung, Zukunftsplanung
- **Resilienz im Arbeitsalltag**  
Biegsam bleiben, ohne sich zu verbiegen  
Selbstmotivierung und Selbstführung -  
Individuelle Resilienzfaktoren aktivieren
- **Praktische Umsetzung**  
Widerstandskraft entwickeln und in kritischen Situationen zeigen



#### Ihr Impulsgeber

Uwe Scholze  
 Dipl. -Soziologe,  
 Sozialpsychologe, NLP-  
 Master, Systemischer  
 Coach, Unternehmer  
 und Sportler; seit 1990  
 Trainer und Coach für  
 Potenzialentwicklung



#### Methodik

Impuls-Vortrag, Fallbearbeitung, Selbstreflexion, Gruppenarbeiten, Übungen, Testen alternativer Handlungsoptionen

**Mehr-Wert:** Inklusive sind : Online-Check zur [Selbstmotivierung/ Resilienz](#) (Musterauswertung) und 4 Wochen individuelles Stand-by-Coaching nach dem Seminar.

**Termine:** 13.5. und 4.10.2016, eintägig ; jeweils 9:00-17:00 Uhr

**Ort:** Raum Mannheim

**Investition:** 459 EUR zzgl. Tagespauschale und MwSt.

[Zur Anmeldung](#) [AGBs](#)



AUTORISIERTER BERATER

OFFENSIVE MITTELSTAND  
GUT FÜR DEUTSCHLAND

