

Online-Workshop 2: Selbstmotivation und Selbstdisziplin im Home-Office (3 h) (OW2-SSH)

ID OW2-SSH **Preis** CHF 240.– (exkl. MwSt.) **Dauer** 3 Stunden

Voraussetzungen

- Vorausgesetzt wird Informatik-Grundwissen als Anwender, ein PC/Laptop Arbeitsplatz, idealerweise mit Headset oder mit Mikrofon und Lautsprecher, sowie eine gültige Office 365 Lizenz mit Microsoft Teams.
- Durchführung ab mind. 4 Teilnehmern
- Termine individuell vereinbar
- Workshopdauer 3 Stunden

Kursziele

- Die Teilnehmer können sich im Home Office selbständig motivieren und bedürfen dazu keiner Impulse von aussen
- können aktiv und eigenständig Erfolgserlebnisse generieren
- halten durch gute Regeneration den Energielevel für das Arbeiten im Home Office auf einem hohen Niveau
- bleiben am Arbeitsplatz konstant wirkungsvoll
- verfügen über ein hohes Mass an Selbstdisziplin
- führen sich in ihrem Arbeitsalltag selbst

Kursinhalt

- Aktive Selbstmotivation im Home-Office
- Selbstmotivations-Faktoren abrufen
- Motivationskiller vermeiden
- Regelmässig Erfolge generieren
- Regeneration und Selbstwirksamkeit
- Selbstdisziplin am virtuellen Arbeitsplatz

Online-Workshop 2: Selbstmotivation und Selbstdisziplin im Home-Office (3 h) (OW2-SSH)

Weltweite Trainingscenter



Fast Lane Institute for Knowledge Transfer (Switzerland) AG

Husacherstrasse 3
CH-8304 Wallisellen
Tel. +41 44 832 50 80

info@flane.ch, <https://www.flane.ch>