

X0106310 Optimum oder Pessimum? Was brauchen Sie, um erfolgreich zu sein?

Beginn	Dienstag, 07.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr
Kursgebühr	8,00 €
Dauer	1-mal
Kursleitung	Victoria Grünewald
Kursort	Virtueller Klassenraum, Pfarrgasse 38, 65719 Hofheim

Warum sind manche Tage produktiv und leicht und an anderen läuft einfach nichts? Die Antwort liegt in unseren individuellen Bedürfnissen. Unser persönliches Optimum hängt davon ab, ob wir genug Sicherheit, Abwechslung oder Einfluss erleben. Wer seine Bedürfnisse kennt, kann gezielt dafür sorgen, motiviert, leistungsfähig und zufrieden zu bleiben. Dieser Vortrag gibt Impulse, um den eigenen Bedürfnistyp besser zu verstehen und sofort im Alltag davon zu profitieren. Neben einem interaktiven Vortrag gibt es Raum für Reflexion und Austausch.

Inhalte:

- Welche drei Grundbedürfnisse steuern unser Verhalten?
- Wie erkennen Sie, was Sie in Ihr Optimum bringt und was bremst Sie aus?
- Warum benötigen manche Menschen mehr Kontrolle, andere mehr Struktur oder Freiheit?
- Wie können Sie Ihr eigenes Energielevel langfristig positiv beeinflussen?

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
07.10.2025	19:00 - 20:30 Uhr	Virtueller Klassenraum

[zur Kursdetail-Seite](#)