



Ausschreibungstext für den Workshop am 16.09.2023

Endlich Montag!

5 Sofort-Maßnahmen für mehr Freude und Zufriedenheit im Labor

Der ungeliebte Montag, der uns oft als "schrecklichster Tag der Woche" erscheint, muss kein Schreckgespenst mehr sein. Viel zu oft wird nur von mehr Freude und Erfüllung im Arbeitsalltag geträumt, statt aktiv mehr Zufriedenheit und dadurch auch mehr Erfolge und Produktivität herbeizuführen. Dieser Workshop wird Ihre Montage positiv beeinflussen, indem er fünf einfache, aber kraftvolle Maßnahmen enthüllt, die Ihnen (und Ihrem Team) zu einem glücklicheren Laboralltag verhelfen.

Dieser inspirierende Workshop bietet Ihnen folgende Inhalte:

- **Die Montag-Mysterien:** Ergründen Sie, warum der Montag oft so unbeliebt ist, und entdecken Sie bewährte Strategien, um diese negativen Assoziationen zu überwinden. Verwandeln Sie Ihren Montag in einen Tag voller Energie und Produktivität!
- **8 Stunden mehr Glück:** Finden Sie heraus, wie Sie Ihre Arbeitstage mit positiver Energie füllen können. Ist es möglich, 8 Stunden mehr Glück in Ihren Alltag zu bringen? Wir zeigen Ihnen, wie das geht!
- **Persönliche „Verhaltensdimensionen“:** Entdecken Sie die Kraft Ihrer individuellen Motivation und erkennen Sie, wie Sie Potenziale im Team effektiv nutzen können. Erfahren Sie, was Sie und das Team wirklich antreibt und wie Sie dieses Wissen nutzen können, um eine positive Arbeitsatmosphäre zu schaffen.
- **5 sofort umsetzbare Schritte:** Lernen Sie konkrete, praktische Maßnahmen kennen, die Sie sofort umsetzen können, um mehr Freude und Zufriedenheit in Ihrem Labor zu erzeugen – Tag für Tag! Machen Sie Ihr Labor zu einem Ort, an dem jeder gerne arbeitet.
- **Entspannungs- und Energieübungen:** Erlernen Sie wirksame Techniken, um stressige Situationen zu meistern und Ihre Energie optimal zu nutzen. Von Atemübungen bis hin zu Unterbrechungssequenzen – diese Tools werden Ihnen helfen, den Arbeitsalltag gelassener und fokussierter zu bewältigen.