

So könnte Ihr Workshop für Führungskräfte oder Mitarbeiterteams aussehen:

## Der lange Weg zum Erfolg: Wie motiviert sich eine Olympiasiegerin?

Hochleistungssport trifft Wirtschaft:  
Parallelen und Impulse



Tatjana Hüfner

Ein Praxisworkshop mit Tatjana Hüfner, Olympiazweite 2014, Olympiasiegerin 2010, Weltmeisterin und deutsche Meisterin im Rennrodeln.

### Zielgruppe

Führungskräfte und Mitarbeiterteams, die sich über die klassische Motivationsliteratur hinaus Impulse und praktischen Austausch zum Thema Motivation und Zielerreichung wünschen

Führungskräfte und Mitarbeiterteams, die sich mit ihrer (Selbst-)Motivation auseinandersetzen möchten.

### Ziele

- Das Thema Motivation ist aus praktischer und wissenschaftlicher Sicht beleuchtet.
- Die Teilnehmer haben Anregungen zum Thema „Sich selbst führen“ bekommen.
- Die Teilnehmer haben für sich und ihre Arbeit Motivationsimpulse bekommen.

### Inhalte

- Das Ziel vor Augen, die Schritte dahin – wie entwickelt man sich zum Olympiasieg?
- Jeden Tag trainieren, ohne unmittelbar „Früchte ernten“ zu können – Selbstmotivation als Ausgangsbasis
- Die Konkurrenz überholen – Der Sieg als Zielbild
- Misserfolge im Tagesgeschäft – wie gehe ich damit um?
- Einflussfaktoren auf die Motivation
- Praktische Übungen und deren Reflexion + Praxistransfer
- Wissenschaftliche Erkenntnisse zum Thema Motivation

### Vorgehen

Mittels Interviewtechnik soll sich gemeinsam mit Tatjana Hüfner dem Thema Motivation und Zielerreichung genähert werden. Praktische Übungen werden mit ihr gemeinsam reflektiert und mit aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen untermauert. Die Teilnehmer sind aufgefordert, ihr persönliches Erleben und Urteilen zu hinterfragen und ggf. neue Betrachtungsweisen und Verhaltensansätze zu entwickeln. Ziel ist es, an konkreten Beispielen aus der Praxis der Teilnehmer zu arbeiten.

Alle Inhalte sind an Ihre persönliche Realität sowie Ihre persönlichen Erwartungen anpassbar. Weitere Informationen bei Susan Jähne und Christoph Richter.

Bildmaterial: Tatjana Hüfner