

Die Bewegungswerkstatt



Patrick Neumüller, Kinaesthetics Trainer
Am Kirchberg 12, 87452 Kimratshofen
08373 – 987300, 0151 - 10177538
patrick.neumueller@kinaesthetics-net.de
Skype: patrick.neumueller



Partner
Kinaesthetics
Deutschland

Einblick über meine Arbeit: www.kinaesthetics-bewegungswerkstatt.de

Modul SW **Selbstwirksamkeit und Autonomie**

als Faktor für Arbeitszufriedenheit und Lebensqualität

Was macht Qualität in der Arbeit aus? Was macht Lebensqualität aus?
Was hat Beides mit effektivem Einsetzen von Kräften zu tun?
Gerade in der Zeit, wo Ressourcen eingespart werden, hat es die höchste Bedeutung,
ob Mitarbeiter Menschen in Richtung mehr Abhängigkeit „Ich kann nicht...“
oder in Richtung mehr Möglichkeiten „Ich kann ...“ unterstützt werden.

Absicht **Interaktion anstatt Manipulation**

Es ist erwiesen, dass Erleben der eigenen Wirksamkeit bei Mitarbeitern
aber auch bei Klienten maßgeblich zur Gesunderhaltung für sich und das
Arbeitsklima beiträgt.

Inhalt und Aufbau

Erfahrungsbasierte Analyse und Reflexion in der eigenen Bewegung
mithilfe von Kinaesthetics Blickpunkten, um durch die Innenperspektive
die eigene Bewegungs- und Handlungskompetenz zu erweitern.

- a) Sensibel werden in der eigenen Bewegung
- b) Einordnen und Beschreiben können von Erfahrungen, Reflexion mit KollegInnen
- c) Wie gestalte ich selbst Aktivitäten mit dem Fokus: Effektivität und Anstrengung ?
- d) Umgang in Unterstützung und Alltagsaktivitäten mit dem Blick: Selbstwirksam sein
- e) Lern- und Entwicklungsthemen formulieren – wie können wir am Ball bleiben?

Dauer 6 Stunden

Ich würde mich über einen Auftrag freuen, um gemeinsam Etwas zu bewegen

Patrick Neumüller

Kimratshofen 17.03.2020

Projekt 2020 – mehr Personalentwicklung – mehr Bewegungskompetenz – mehr Lebensqualität

Patrick Neumüller | Kinaesthetics Trainer | patrick.neumueller@kinaesthetics-net.de

Einblick – Ausblick | www.kinaesthetics-bewegungswerkstatt.de