

POSITIV MOTIVATION



- LÆR AT MOTIVERE DIG SELV OG ANDRE MED VIDEN OG VÆRKTØJER FRA POSITIV PSYKOLOGI

Når lysten driver værket

Vil du klædes bedre på til at arbejde med din egen og andres motivation? Så er den nyere forskning fra psykologi om positiv motivation måske noget for dig. Positiv motivation er forskningsbaseret viden om hvilke typer af motivation, der bedst dækker menneskers psykologiske behov og derfor bedst driver os. På kurset får du både viden og værktøjer til at arbejde med positiv motivation.

Målgruppe

Kurset henvender sig til ledere, konsulenter, undervisere, coaches, behandlere og personlige trænere m.fl., som ønsker at lære, hvordan redskaber fra positiv psykologi kan anvendes i arbejdet med motivation.

Udbytte

Som deltager får du:

- Kendskab til den videnskabelige viden om og praktiske erfaringer med positiv motivation
- Konkrete værktøjer, tips og tricks til at øge din og andres motivation – især den lyst- og værdibaserede motivation
- Idéer til, hvordan du kan overføre det lærte til dit arbejde – og eventuelt til dit privatliv
- Inspiration til, hvor du kan lære mere

Indhold

Kurset giver dig svar på spørgsmålene:

- Hvorfor er positiv motivation relevant?
- Hvad bør du vide om positiv motivation – og herunder selvreguleringsteori, de tre grundlæggende behov, forskellige typer af motivation samt den motiverende samtale mv.?
- Hvordan kan du helt konkret benytte viden og værktøjer om positiv motivation til at øge din egen og andres motivation?

Form og proces

Kurset varer to dage og består af en vekselvirkning mellem oplæg - i et sprog alle kan forstå - om forskningsbaseret viden og værktøjer, videoklip, spørgsmål og svar, diskussion af

aktuelle udfordringer, demonstrationer, praktiske øvelser og erfaringsudveksling.

Underviser

Autoriseret erhvervspsykolog Ebbe Lavendt er leder af Center for Positiv Psykologi og tilknyttet Institut for Idræt og Ernæring ved Københavns Universitet. Han har 17 års erfaring fra konsulentbranchen, hvor han har løst opgaver for private og offentlige organisationer. Ebbe har desuden som den eneste danske psykolog gennemført uddannelsen Master of Applied Positive Psychology ved University of Pennsylvania.

Praktiske oplysninger

Kurset er arrangeret af Center for Positiv Psykologi. Der er for tiden ingen planlagte afholdelser.

Pris

DKK 6.000,- excl. moms pr. deltager. Mængderabat gives ved samtidig tilmelding af flere deltagere og ved tilmelding til flere kurser. Prisen inkluderer forberedelse, kursusafgift, kursusmateriale, forplejning, kursusbevis og eftersendelse af materialer. Deltagere sørger selv for transport og eventuel overnatning.

Tilmelding

Tilmelding til Ebbe Lavendt på e-mail adresse: el@positivpsykologi.dk. Der er et begrænset antal pladser. Bemærk, tilmeldingen er bindende. Såfremt du bliver forhindret i at deltage, kan du overdrage din plads til en anden.

Kontakt

For yderligere information kontakt venligst cand.psych.aut., MAPP Ebbe Lavendt. Center for Positiv Psykologi, August Bournonvilles Passage 1, 1055 København K. 4044 4366, el@positivpsykologi.dk, www.positivpsykologi.dk.