Seminario - HR 060

Definire e raggiungere un obiettivo: il mindset giusto per ottimi risultati

Iniziativa ON Demand

Durata: **1g**

Data: Iniziativa attivabile a richiesta con un minimo di 4 partecipazioni.

Prezzo: **€ 800,00** (per partecipazione)

Scarica modulo iscrizione:
www.festocte.it/iscrizione

Definire gli obiettivi è facile, la sfida è raggiungerli!

Abbiamo tutti sperimentato come il problema nel raggiungere gli obiettivi non riguardi solo il fatto di definirli. Quante volte ci siamo posti degli obiettivi ma poi non ci siamo impegnati abbastanza per raggiungerli? Anche quando erano importanti!

I ricercatori hanno scoperto che quando le persone decidono per la prima volta cosa fare, ciò che li motiva risultano essere premi e riconoscimenti. Tuttavia, una volta che iniziano a mettere in atto i piani, la loro attenzione si sposta sulla difficoltà dello sforzo che devono compiere, riducendo così la motivazione.

Rivolto a

Un corso rivolto a tutti coloro vogliono massimizzare le loro performance

Obiettivi

- Adottare un approccio basato sulle neuroscienze per stabilire, perseguire e raggiungere gli obiettivi
- Conoscere i «driver» naturali
- Identificare gli inevitabili ostacoli che impediscono il successo e pianificare come superarli
- Creare un piano d'azione per sapere esattamente su cosa lavorare per migliorare la propria efficacia

Contenuti

- Le neuroscienze degli obiettivi•Quali parti del cervello sono impegnate nella definizione e nel raggiungimento degli obiettivi• Come lavorare sull'auto-motivazione•Il potere degli ormoni sulla motivazione•L'obiettivo come risultato, ma anche processo. Cosa dicono le neuroscienze•Perché e come usare la visualizzazione dell'obiettivo•Cosa ci insegna l'effetto placebo sul potere della mente•Quando agisce il "self sabotage"•Come applicare alcuni principi di auto-motivazione al lavoro, per sé e per gli altri se gestisco gruppi

Contatti:
cell +39 335 103 8822
contatti@festo.com

© Festo C.T.E. Srl - P.I. 13236390152

Sede centrale:
Via Enrico Fermi, 36/38
20057 Assago (MI)
Come raggiungerci