



Martin Sutoris · Aachenerstr. 429 · 50933 Köln  
Tel. 0221-964 383 66 · info@coaching-smart.de

## Motivation im Studium

In diesem Workshop lernen StudentInnen sehr praxis-orientiert Techniken und Übungen zu den Themen:

- Motivation
- Ziele & Visionen
- Entscheidungen
- Kreativität
- Zeitmanagement
- Prüfungsangst
- Entpsannung

Im Zentrum steht die Frage, wie man motiviert, effektiv, entspannt, Ziel gerichtet und mit einem erfolgreichen Ergebnis durch das Studium kommt.

### **Götz Hinüber, BWL-Student, Bonn**

"Vielen Dank für den spannenden Workshop, der für mich wirklich ein Gewinn war! Gerade als Student macht es Sinn - dies habe ich nun festgestellt - über Ziele, eigene Fähigkeiten, Prioritäten nachzudenken. Aus dem Workshop habe ich konkrete Ideen mitgenommen, die ich direkt anpacken werde."



### **Rebecca Theurer, Bauhaus-Uni. Weimar**

"Danke für das Seminar, das mir in Vielem zu mehr Verständnis verholfen hat. Besonders nützlich waren die Erkenntnisse, wie wichtig der innere Dialog ist und wie effektiv Visualisierungen sein können. Dein Zitat 'Erfolg ist zuerst das Ergebnis von ...' werde ich beherzigen."

### **Referent: Martin Sutoris**

- Coachings & Trainings: seit 2010 bundesweit für verschiedene Universitäten und Ausbildungsinstitute; mit Unternehmen und Teams; Projektgruppen und Einzelpersonen
- Studium: Psychologie, Musikwissenschaften, Kulturpolitik, Betriebswirtschaftslehre
- Ausbildungen: Coaching, systemische Beratung, NLP (neuro-linguistisches Programmieren), Mediation, Kommunikation, Rhetorik, Konfliktlösung
- Erfahrungen: seit 2005 in der Bildungsbranche; Gründung einer Künstleragentur; Leitung einer Bildungseinrichtung für Bewegung und kulturelle Bildung