

ERFOLG BEGINNT IM KOPF 2

Zielgruppe

Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Mitglieder des Kaders (mit oder ohne Führungsaufgaben) sowie Mitglieder der Direktion und der Geschäftsleitung.

Zielsetzung

Erfahrungen aus dem Training „Erfolg beginnt im Kopf 1“ werden besprochen und bisher Erlerntes wird vertieft.

Die Teilnehmenden sind vertraut mit den erweiterten Techniken des Mentaltrainings und sind sich bewusst, dass durch unsere Erfahrungen die Wahrnehmung aktueller Situationen mitbeeinflusst wird und damit auch unsere Realität und unser Handeln mitbestimmt wird. Mit einer ganz speziellen Technik haben die Teilnehmenden Zugang zu ihrer "inneren Stimme" (Intuition), was sie bei wichtigen Entscheidungen sehr unterstützt.

Kursbeschreibung

Im mentalen Training „Erfolg beginnt im Kopf 2“ wird das Erlernte vom Grundtraining vertieft. Es werden weitere Methoden des Mentaltrainings vermittelt und trainiert und es wird mit einer speziellen Technik ermöglicht, unsere "innere Stimme" (Intuition) bewusster wahrzunehmen.

Inhalt

Erfahrungsaustausch

- Austausch von Erfahrungen seit dem Grundtraining und Besprechung der angewandten Techniken.
- Vertiefung der Kenntnisse bereits erlernter Techniken.
- Allfällige Probleme besprechen und im Plenum klären.

Situationen im Arbeitsalltag

- Wie begegnen wir täglich wiederkehrenden und scheinbar unlösbaren Problemsituationen?
- Vertiefung des Themas "Resonanz", zur eigenen Anregung, was wir wo im Alltag verbessern können.
- Wie können wir alte Muster und Reaktionen zum gewünschten Zeitpunkt positiv beeinflussen?

Fortsetzung: Situationen im Arbeitsalltag

- Was machen wir bei Übermüdung, nicht Einschlafen können, fehlender Motivation und/oder Kraft (Energie)?
- Technik Submodalitäten (Thema aus Grundtraining) detaillierter kennen lernen.
- Wie unterstützen wir nebst rationalen Überlegungen und Voraussetzungen den Prozess der Entscheidungsfindung?
- Wie können wir mögliche Problemlösungen, bzw. den Weg dahin, mental unterstützen?

Methodik

Die mentalen Techniken werden nicht nur vermittelt, sondern jeder Teilnehmende kann sie anhand seiner eigenen Realität für sich erfahren. Die mentalen Techniken werden einzeln oder zu zweit trainiert, sodass die Sicherheit für ein selbständiges Anwenden gewährleistet ist. Es werden über den ganzen Kursinhalt Unterlagen abgegeben.

Zeitinvestition

Mentales Training „Erfolg beginnt im Kopf 2“ 1 Tag

Empfehlung:

Feedbackmeeting ca. 4-6 Wochen nach dem Seminar ½ Tag

Auf Wunsch:

Vertiefung und Erweiterung der Kenntnisse nach Vereinbarung

Referent

Armin Muff, Gesundheitsförderung
& Persönlichkeitsentfaltung www.arminmuff.ch

Kursort

nach Vereinbarung, wenn möglich extern

Teilnehmerzahl

höchstens 12 Personen

Honorar

siehe «Preise für Unternehmen»