

PREMIUM SEMINAR NR. 3

Persönlichkeitstraining

Durch Selbstreflexion und Selbsterkenntnis zu innerer Stärke kommen. Die emotionale Intelligenz.

Auch als
Inhouse Seminar
in Ihrem Unter-
nehmen buchbar!

Dieses Intensiv-Seminar bieten wir als 1-Tages- und 3-Tagesseminar an. Erfahren Sie, wie Sie auf Andere wirken, welches Potenzial in Ihnen steckt und wie Sie es wecken. Lernen Sie sich und Ihren unbegrenzten Fähigkeiten zu vertrauen und damit den Alltag beruflich und privat erfolgreich und voller Freude zu meistern.

THEMEN IM EINZELNEN

- Wer an sich selbst arbeitet, verändert sich.
- Kämpfen Sie nicht gegen Ihre Schwächen, setzen Sie auf Ihre Stärken.
- Welche Persönlichkeit steckt in mir?
- Der "heiße Stuhl" - wie unterscheidet sich mein Selbstbild vom Fremdbild?
- Wie gehe ich mit meinem inneren Kritiker um?
- Lösungen konstruieren und Ziele erreichen.
- Selbsterfüllende Prophezeiung - die Macht der inneren Bilder.
- Lernen Sie Techniken aus der Hypnose für sich zu nutzen.
„Ich bin, was ich denke.“ Posthypnotische Anweisungen.
- Die Intuition - auf das Bauchgefühl hören.
- Die Macht der Körpersprache.
- Selbstmanagement - Krafträuber erkennen und vermeiden.
- Der Einfluss und die Auswirkung der Ernährung auf Körper, Psyche, Emotionen und mentale Stärke - eine Reise durch den Körper und den Geist.
- Was bewirkt Stress in mir und was kann ich dagegen tun?
- Überblick über verschiedene Entspannungs- und Tagtraumtechniken zum Selbermachen.

Preise und Termine
auf Anfrage!

Hinweis:
Bei Buchung als Tagesseminar verkürzter Seminarinhalt!

