



Raus aus der Gedankenfalle – wie Sie Ihre eigenen Blockaden auflösen

Zielgruppe	Jeder, der sich und sein bisheriges Verhalten reflektieren und sich persönlich weiter entwickeln möchte
Beschreibung	Beruflich wie privat wird es immer schwieriger, die vorgegebenen bzw. sich selbst gesteckten Ziele bzw. Wünsche zu erreichen. Bisher erfolgreiche Strategien zum Erreichen dessen, was man sich vorgenommen hat, funktionieren nur noch bedingt. Das Seminar bietet eine neue Sichtweise auf die Vorbereitung und das Herangehen an die Zielerreichung und eine andere Art des Denkens und Beurteilens. Es basiert auf den im Spitzensport schon sehr lange erfolgreich praktizierten Methoden des Mentalen Trainings.
Seminarziel	Die Teilnehmer reflektieren ihre bisherigen Verhaltensweisen und Denkansätze bezüglich ihrer Zielerreichung. Sie erhalten neue Impulse, durch die sie ihre Ziele leichter erreichen.
Seminarinhalte	<ul style="list-style-type: none">• Was bedeutet mentales Training• Reflexion der bisherigen Gewohnheiten und Verhaltensweisen• Der Erfolg beginnt im Kopf – Alternativen zu den bisherigen eigenen Sichtweisen• Selbstgesteckte Grenzen erkennen und erweitern• Die richtige Zielformulierung• Ziele greifbar und erlebbar machen• Den Weg zum Ziel vorbereiten• Stolpersteine auf dem Weg zu Zielerreichung erkennen und auflösen• Persönlicher Aktionsplan zur Umsetzung in der Praxis
Termine	Samstag, 13. und Samstag, 20. Oktober 2018 – jeweils 9.00 Uhr bis 17.00 Uhr
Seminardauer	2 Tage
Preis	325,00 €
Teilnehmerzahl	max. 12
Trainer	Olaf Tendra – Inhaber Tendra Training Coburg
Hinweise	Dieses Seminar findet in Zusammenarbeit mit dem BWV Nordbayern-Thüringen statt