

Power of Mind® 360 – Grad Business – Life Coaching für Frauen in Wirtschaft, NGOs, Medien, Sport, Politik und Training

In der individualistischen Welt von heute und auch von morgen bedarf es der Mobilisierung neuer Kräfte und Energien, um mitzuhalten, mitzumachen und Lebenspläne zu verwirklichen. Dieses Individualprogramm verbindet ungewöhnliche Methoden der Körpererfahrung und Entspannung mit mentalem Training von Konzentration, Flexibilität und Leistungsvermögen. Mind- und Körperfitness fördern Ihren proaktiven Umgang mit sich selbst und Ihrer eigenen Rolle in einer sich verändernden spannenden Welt.

Verwirklichen Sie Ihre Visionen mit der kraftvollen Umsetzung Ihrer persönlichen Potenziale.

Ihr Nutzen

Sie finden mit diesem individuellen 360 – Grad – Ansatz, Zugang zu verborgenen Energiepotenzial und lernen ganzheitlich, Ihre Ressourcen schonend, aber extensiv zu nutzen. Ihre mentale Offenheit macht Sie aufmerksam für die Anforderungen der Gegenwart und Zukunft. Sie lernen, situationsgerecht zu agieren: entspannt, energievoll oder hochkonzentriert. Ihr ausbalancierter Kräfteinsatz wappnet Sie gegen Leistungstiefs. Burn-out und Stresskrankheiten müssen Sie nicht treffen. Gewinnen Sie durch Empathie und eine neue Einstellung die Energie, auch verborgene Wünsche zu artikulieren – und umzusetzen.

Zielgruppe

Frauen aller Couleur auf dem Weg zu einem ganzheitlichen Wachstum –
zu einem ganzheitlich fundierten Erfolg

Inhalte

Maßnahmenplanung (Auszug)

- Zieldefinition
- Erstellung von Überzeugungs- und Leitsätzen zur Unterstützung
- Ablauforganisation, Zielsicherung

Proaktive Selbstführung (Auszug)

- Festlegung der wichtigsten Ziele
- Motivation
- Analyse der Ursachen für abweichendes persönliches Verhalten
- Persönliches Konfliktmanagement
- Wirkungsvolle Einzel- und Partnerführung
- Durchsetzungsstärke und positive Aggression im Alltag

FUTURING MINDNESS (Auszug)

- Visionen entwickeln , Business - und Lebenschancen wahrnehmen

Energizing/Wohlbefinden (Auszug)

- Ernährung (Food & Mind)
- Spiritualität im Leben und im Business
- Wahrnehmung energetischer Zustände
- Win-Win-Strategien

Body & Mind-Experience Techniken (Auszug)

- Power Circle für Leistungsträgerinnen
- Self Defence-Techniken
- Sensitive Blind Walking

Zustandsmanagement (Auszug)

- Mehr Kontrolle über Ihre inneren Zustände,
dadurch (u.a.) Verbesserung der kreativen Denkstrategien

Methode

Trainer-Input, moderierter und erlebbarer Gruppenprozess, Fallbeispiele, Körpererfahrung, Mental-Training, Power Circle für Leistungsträgerinnen
(Basis u.a.: „ Die 8 Schätze der Shaolin Mönche „)

Bitte lockere Kleidung mitbringen; die Übungen sind für jeden normal gesunden Teilnehmer erlernbar und überstrapazieren den Organismus nicht.

Daten

Individuelle Vereinbarung

Form

Vortrag, Einzelcoaching, Inhouse - Seminar, Trainerausbildung

Coach

Bernd Scherer

Zeiten

Individuelle Vereinbarung

Ihre Investition

Individuelle Vereinbarung

Empfehlung

Buchtitel: power circle >> Die 8 Schätze der Shaolin << für
Leistungsträger ISBN 978-3-939621-32-4

Kontakt

BSchererTraining@aol.com