

Urvertrauen in die eigene Persönlichkeit !

Persönliche Stärke durch mentale, emotionale und physische Konditionierung

Dieses Seminarerlebnis bietet die umfangreiche Möglichkeit, die Beziehung zwischen der Eigen- und der Fremdwahrnehmung und den fordernden Lebenssituationen zu untersuchen und zu optimieren. Das eigene Verhalten zu reflektieren, Praxisfälle zu analysieren soll unsere gemeinsame Aufgabe sein. Sie werden mit unseren hoch erfahrenen Trainern, selbst aus der Wirtschaft, der Psychologie und aus dem Leistungssport kommend, konfrontiert und haben somit die Möglichkeit mit ausgereiften Sparringspartnern Lösungs- und Verbesserungsansätze im Bereich der mentalen, emotionalen Intelligenz und der physischen Fitness für Ihr zukünftiges Leben und Arbeiten zu entwickeln.

Die unglaubliche Übersetzung durch die Natur und die darin lebenden Malamutes, mit ihren Hierarchien, werden ihnen als Zuschauer und mittendrin, die am Vormittag durchlebten Selbstanalysen, die neue Wahrnehmung veranschaulichen. Sie erhalten an diesem Tage neue Werkzeuge für ihre zukünftigen Vorgehensweisen und Verhaltensweisen.

Ihre Lernziele

- Die Teilnehmer kennen den Zusammenhang zwischen Körper und Geist bzgl. Körpersprache, Mentaler Stärke und Emotionaler Intelligenz
- Die Teilnehmer kennen die Interpretation einzelner Verhaltensweisen und können diese gezielt anwenden
- Die Teilnehmer kennen ihre mentale Stärke und können dieses Training selbstständig im Berufs- und Privatleben durchführen und es auf die Bedürfnisse ihrer Selbst, ihrem Umfeld und einzelner Situationen ausrichten

Inhalt

- Gegenstand wird Ihr individuelles Verhalten sein
 - Sie diskutieren und durchleben die Einflussgrößen mentaler, emotionaler sowie physischer Konditionierung und ihre wechselseitige Dynamik
 - Interpretationsübungen zu den verschiedenen Bereichen aus der Welt der Natur
 - Sie lernen durch unsere Reflexion und die der Tiere die Einflüsse Ihres persönlichen Verhaltens auf Ihr Umfeld kennen
 - Sie lernen die einfache Adaption neuer Gedankenmodelle kennen und können diese gezielt einsetzen
 - Sie nehmen Ihre Persönlichkeit und Verhaltensweise mit all Ihren Funktionen und Aufgaben in den Blick
-

Methoden

Durch Vorträge werden Theorie und Hintergrund der Mentalen Stärke erläutert und vertieft. Die weitere Festigung des Erlernten wird untermauert durch praxiserprobte Übungen und Fallstudien, Gruppenarbeiten, Selbststudium und Partnerübungen, ergänzt um Kurzpräsentationen, Feedback durch Referent und Gruppe.

Nutzen

- Sie arbeiten mit einem Team von hoch qualifizierten Trainern.
- Sie haben Ihre persönlichen Werkzeuge neu aufgearbeitet oder Neue kennengelernt, die Ihnen ermöglichen, Ihre Gestaltungsräume innerhalb Ihres beruflichen als auch privaten Umfeldes zu erweitern.
- Sie lernen noch effektiver mit Ihrer eigenen Rolle umzugehen und können gleichzeitig noch mehr Wirkung bei anderen erzielen.
- Sie entwickeln geeignete Verhaltensweisen, um in Spannungssituationen entspannter und damit wirkungsvoller zu reagieren.
- Durch die gemeinsame Coachingarbeit analysieren Sie Ihre persönliche Lebens- und Verhaltenskompetenz.
- Es ist sofort möglich, das Erlernte in die Praxis umzusetzen.

Noch etwas: Weil wir wissen, wie wichtig der Dialog ist, wollen wir den Teilnehmern Zeit geben, in den Austausch zu kommen. Das kann das gemeinsame Gespräch oder ein Einzelcoaching sein.

Zielgruppe

Interessierte Menschen, die an ihrer Persönlichkeit arbeiten wollen. Sich Inspiration holen wollen für eventuelle Veränderungen im Privat- und Berufsleben.

Dauer

1-tägig, Teilnehmerzahl auf 12 Personen begrenzt

Kosten

€ 450,00 zzgl. der aktuellen Umsatzsteuer

Wir freuen uns auf Ihr Kommen und versichern Ihnen ein unvergessliches Erlebnis.

Ihr Voice of Nature Team
