

Mental Training

Persönlichkeitsentwicklung und praktische Menschenkenntnis

Sie fühlen sich körperlich und geistig gesund, sind eigentlich mit Ihrem Leben ganz zufrieden, aber ...

- ... Sie geraten öfters in gleiche Verhaltensmuster, unerwünschte Situationen,
- ... Sie fühlen sich nicht wahrgenommen, zurückgesetzt oder missachtet,
- ... Sie möchten sich Klarheit verschaffen, Ihren Standort neu bestimmen, gelassen werden oder Dinge endlich anpacken?

Im Mental Training Seminar erhalten Sie ein Trainingsprogramm, das sich zusammensetzt aus wirksamer Selbsterfahrung zur Persönlichkeitsentwicklung sowie aus angewandten Coaching-Massnahmen für den Umgang mit Menschen. Der Rahmen von 3 Seminartagen plus 7 individuelle Coaching-Sitzungen (je 1 bis 2 Std.) ermöglicht eine gründliche, tiefgehende Persönlichkeitsarbeit. Hierbei werden Ihnen Kenntnisse vermittelt, die Ihre eigenen Kompetenzen spürbar unterstützen werden.

Themen der drei Tagesseminare

- 1. Herz, Kopf, Bauch oder Fühlen, Denken, Handeln:** Praktische Menschenkenntnis mit einer Einführung in die Psychographie sowie situations- und typengerechter Umgang mit anderen Menschen und mit sich selbst.
- 2. Beziehungen:** Beziehungserleben mit eigenen Gesetzen, wie Beziehungen gelingen können und welche Möglichkeiten wir haben, kompetent darauf einzuwirken.
- 3. Erfolgreich Ziele realisieren:** Individuelle Handlungskompetenz, für sich positive, attraktive Ziele definieren und eigenverantwortlich realisieren können.

3 x 1 Tag Mental Training, begleitend 7 Coaching-Sitzungen, Fr. 1850.-
(nur Seminarteilnahme - Preis auf Anfrage)

Daten:

Samstag, 05.06.2010 + 11.09.2010 + 6.11.2010 in Oberwil/BL
Sonntag, 06.06.2010 + 12.09.2010 + 7.11.2010 in Horgen/ZH

Sie sind interessiert am Mental Training? Informationen und Anmeldung bei:

bmt - Beratung Mental Training

Katharina Siegrist
dipl. Beraterin/Coach ILP
Buchenstrasse 24, 4104 Oberwil
Tel. 079 224 88 88 – 061 401 54 76
www.bmt-siegrist.ch
siegristk@hotmail.com

Ursula Signer
dipl. Beraterin/Coach ILP
Glärnischstrasse 43, 8810 Horgen
Tel. 079 279 45 74
www.ursula-signer.ch
usigner@swissonline.ch

Mitglieder des sfplc –
Schweizer Fachverband für psychographisch lösungsorientiertes Coaching