

Seminar ohne Übernachtung

Die Kraft des positiven Denkens

Stärken Sie ihre mentale Fitness mit Hilfe von positiver Intelligenz und finden Sie Ihren Weg zu Ruhe und innerer Balance



Seminarbeschreibung

Ihr Verstand ist Ihr bester Freund. Aber er kann auch Ihr schlimmster Feind sein. Denn immer wieder steht ihr Verstand Ihrem Wohlbefinden, Ihrer Leistung und Ihren Beziehungen im Weg. In diesem interaktiven Vortrag lernen Sie, wie Sie mit einfachen mentalen Übungen aus der Positive Intelligence® Ihre Gedanken bewusst lenken und innere Ruhe finden können.

Paket-Nummer: 0529733

Region:	 Mehrere Orte
Teilnehmer:	 4 - 15 Teilnehmer
Verfügbarkeit:	 ganzjährig
Dauer:	 3 Stunden
Mögliche Sprachen:	 Deutsch, Englisch

Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung: Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.

Seminar ohne Übernachtung

Die Kraft des positiven Denkens

Stärken Sie ihre mentale Fitness mit Hilfe von positiver Intelligenz und finden Sie Ihren Weg zu Ruhe und innerer Balance

Beschreibung

Saboteure sind die Stimmen in Ihrem Kopf, die negative Emotionen hervorrufen, wenn Sie sich den alltäglichen Herausforderungen des Lebens stellen. Sie stehen für die automatischen Muster in Ihrem Kopf, wie Sie denken, fühlen und reagieren. Ihre Saboteure verursachen all Ihren Stress, Ihre Ängste, Selbstzweifel, Frustrationen, Unruhe und Unzufriedenheit. Sie sabotieren Ihr Wohlbefinden, Ihre Leistung und Ihre Beziehungen.

Auf Grundlage der Positiven Intelligenz nach Shirzad Chamine entdecken Sie:

- wie Sie stressverstärkende Denkmuster („innere Saboteure“) erkennen & unterbrechen,
- wie Sie mit kurzen Achtsamkeitsübungen (PQ-Reps) Gelassenheit trainieren,
- wie Sie Ihre innere Stärke und Weisheit aktivieren, um Herausforderungen klarer und entspannter zu meistern.

Der Kurs ist praxisorientiert und erfordert keine Vorkenntnisse. Sie nehmen konkrete Übungen mit, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen - für mehr Balance, Energie und Lebensfreude.

Wichtige Hinweise

- Kontaktieren Sie mich gerne im Vorfeld und ich stelle Ihnen Informationen zur Positive Intelligence® und ein kostenfreies Saboteur Assessment mit anschließender gemeinsamer Analyse zur Verfügung.
- Voraussetzung ist ein Tagungsraum im Großraum München (am besten mit Präsentationstechnik)
- Alternativ kann der Vortrag auch Online gehalten werden

Leistungen inkl.

- **Saboteur Assessment**
Vor dem Termin erhalten alle Seminarteilnehmer einen persönlichen Link zum Saboteur Assessment
- **Digitale Seminarunterlagen**
Zum Nachlesen und Nachüben zu Hause
- **Praktische Übungen**
Direkt vor Ort Einzelübungen und paarweise Reflexion

Zusatzleistungen

- **Einzelcoaching der Teilnehmer**
Um Ihre Ergebnisse zu verstehen und zu erkennen, was sie für Ihr Wachstum bedeuten, erkunden wir gemeinsam Ihre wichtigsten Saboteure und besprechen, wie Sie deren Einfluss verändern können.
Preis: 99,00 € p.P. zzgl. MwSt

Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung: Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.

Seminar ohne Übernachtung

Die Kraft des positiven Denkens

Stärken Sie ihre mentale Fitness mit Hilfe von positiver Intelligenz und finden Sie Ihren Weg zu Ruhe und innerer Balance

Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können

www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0529733



Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung: Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.