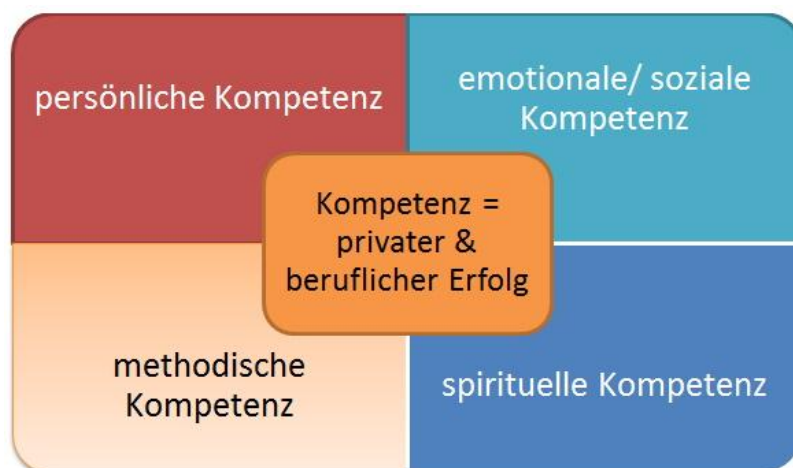


## Online Lehrgang Mentalcoach für professionelles Selbstmanagement

- ✓ Sie haben eine Idee oder eine Vision?
- ✓ Sie planen eine berufliche Veränderung? Sie haben einen Plan, doch es will sich keine kreative Ader einstellen?
- ✓ Sie haben einen Traum, doch Ihnen fehlt das passende Konzept dafür?
- ✓ Sie sind auf der Suche nach einer Erfolgsstrategie für Ihre Unternehmung?
- ✓ Sie haben den Willen für Ihre Planung, doch Ihnen fehlt die nötige Motivation und Energie?

In unseren Online Lehrgängen zum Mentalcoach für professionelles Selbstmanagement werden Sie zu großen Erfolgen motiviert.

Sie lernen, wie Sie Motivations- und Kreativflauten angehen und Probleme schnell und wirkungsvoll lösen. Gemeinsam mobilisieren wir Ihre Begabungsreserven und aktivieren Ihre Persönlichkeitskompetenzen.



**Persönliche Kompetenz:** Wer bin ich und wie bin ich? Meine Werte, mein Denken, meine Stärken und Schwächen, mein Handeln und Verhalten, meine Einstellungen und Glaubenssätze.

**Emotionale/ soziale Kompetenz:** Wie gehe ich mit anderen um? Ein selbstkritische Reflektion des eigenen Verhaltens im Umgang mit anderen Menschen. Mein (Konflikt)verhalten, meine Teamkompetenz.

**Spirituelle Kompetenz:** Wohin „führt“ mein Leben mich? Wege zur Selbsterwirklichung und Synchronismen erkennen.

**Methodische Kompetenz:** Die Fähigkeit bestimmte Arbeitsmethoden, Techniken und Mittel zum Erreichen meiner Ziele anzuwenden.

## **Vertrauen Sie auf Ihre Selbstwirksamkeit!**

Der **Online Lehrgang** für **professionelles Selbstmanagement** richtet sich an **Menschen die sich neu orientieren wollen, in beruflichen und privaten Veränderungsprozessen stecken, sowie an Interessierte aus den Wissensgebieten:** Psychologie (in Bezug auf: Kommunikation, Verkauf, Persönlichkeitsentwicklung), NLP und Gehirnforschung, Training und Coaching.

Der Online Kurs bietet eine fundierte und praxisnahe Einführung in die Methoden der Persönlichkeitsentwicklung, des Zeit- und Selbstmanagements, ins Entscheidungsmanagement sowie ins professionelle Veränderungsmanagement.

Es werden grundlegende Fakten und Techniken aus der Entwicklungspsychologie, Gehirnforschung und dem NLP erläutert und anschaulich dargestellt. Zahlreiche Checklisten, Tests, Übungen und Formulare werden dem Nutzer als praktische Hilfe beim Lernen in die Hand gegeben.

Der Online Kurs besteht aus insgesamt **12 Lernmodulen die Sie im Wochentakt per Email erhalten. 18 downloadbare Kursskripten und Audiodateien.** Während der gesamten Lehrgangsdauer werden Sie von uns persönlich betreut.

## **Inhalte**

Der Online Kurs Mentalcoach für erfolgreiches Selbstmanagement bietet eine fundierte und praxisnahe Einführung in die Methoden der Persönlichkeitsentwicklung, des Zeit- und Selbstmanagements, ins Entscheidungsmanagement sowie ins professionelle Veränderungsmanagement.

Es werden grundlegende Fakten und Techniken z.B. aus der Entwicklungspsychologie, Gehirnforschung und dem NLP erläutert und anschaulich dargestellt. Zahlreiche Checklisten, Tests, Übungen und Formulare werden dem Nutzer als praktische Hilfe beim Lernen in die Hand gegeben.

- ✓ **Einführung in die Entwicklungspsychologie (Lernmuster, neurobiologische Trigger..**
- ✓ **Gesetzmäßigkeiten des Lebens und des Universums**
- ✓ **Die Erfolgsgesetze im Management (Unternehmensführung)**
- ✓ **Physische und psychische Verdauung (Stressmanagement)**
- ✓ **Persönlichkeitstraining/ Stressverarbeitungsmechanismen**
- ✓ **Werte – und Zielformulierung**
- ✓ **Das Rollenverhalten in menschlichen Beziehungen**
- ✓ **Methoden und Techniken und Tests aus dem Seminaralltag (Psychologie und NLP)**
- ✓ **Zeitmanagement (Selbstorganisation und Zeitfresser)**
- ✓ **Arbeitsorganisation**
- ✓ **Entscheidungsmanagement**
- ✓ **Veränderungsmanagement**
- ✓ **Motivationstechniken (Selbstmotivation)**

## Abschluss

Am Ende des 12 wöchigen Online Trainings erhalten Sie eine Zertifikatsbestätigung über Ihre erworbenen Kompetenzen.

### >>Mentalcoach für professionelles Selbstmanagement <<



## Kosten

159,90 Euro inkl. 20% MwSt. und umfangreicher Kursskripten, Prüfung und Diplom

## Kontakt

### Mentalmanagement & BrainCoaching

Dipl. Psych. Doreen Anette Ullrich, Vorstadt 2, A-4840 Vöcklabruck

Telefon: 0043 (0) 664 326 4848

Email: [info@doreenullrich.com](mailto:info@doreenullrich.com)

[www.doreenullrich.com](http://www.doreenullrich.com)