



AUSBILDUNG ZUM MENTALCOACH *„Der Mensch ist Geist und hat einen Körper“ (Novalis)*

- Ausbildungsleitung: Mag. Haris G. Janisch
Mag. Christian Oberwagner, MBA
Nicole Radel
- Ausbildungsziele: Anatomie des menschlichen Geistes
Die Basiskräfte des Geistes für Glück und Erfolg aktivieren
Zielformulierung in Wort- und Bildsprache
Visualisierungs- und Beruhigungstechniken
Umgang mit Angst, Nervosität und Zurückweisung
Umgang mit Niederlagen, Erfolglosigkeit und Kapitulation
Fokussierung und Konzentration
Muskelaufbau durch Mentaltraining
Rehabilitation nach Verletzungen
Atmungstechniken und Energieübungen
Geistige Gesetze und deren Anwendung
Methoden der kooperativen und empathischen Kommunikation
Krisenbewältigung und Burn-Out-Prävention
lebensrollenmanagement
- Ausbildungsdauer: 4 Wochenenden jeweils Samstag und Sonntag (09:00-16:00 Uhr)
- Ausbildungstermine: werden in Absprache mit den TeilnehmerInnen erstellt
- Preis: € 1.598,- (exklusive Reise- und Übernachtungskosten)

Die Anmeldung zum Seminar erfolgt direkt über unser Kontaktformular auf
www.lebensstilberatung.at