

Beschreibung

Für Business Coaches, Feelgood-Manager, Change-Manager, Personal-Referenten und Interessierte mit ähnlicher Vorbildung

Unser Mentalcoach bietet ausgewählte Coaching-Instrumente zur Förderung Selbstbewertung und mentaler Stärke. Sie erlernen Instrumente, die helfen, die Leistungsfähigkeit und Lebensqualität zu steigern indem -mentale- Ressourcen optimal genutzt werden. Sie lernen die Möglichkeit, selbst das eigene Denken und Handeln positiv zu beeinflussen und die vorhandenen Möglichkeiten und Fähigkeiten zu entdecken und zu stärken, um z.B. Ziele passender und konkreter zu definieren und leichter zu erreichen. Sie lernen Techniken, mentale Stärke auszubauen und geistiges Potenzial mehr zu nutzen. Sie erfahren, wie „echte“ Ziele und Visionen entwickelt und die notwendige mentale und kreative Kraft zur Umsetzung aus eigenen Potenzialen generiert werden und wie Sie Einzelpersonen und Gruppen zu diesen Themen coachen können.

Erfolg beginnt im Kopf - Die innere Haltung und Einstellung ist der Schlüssel! Lernen Sie jetzt, mentale Stärke aufzubauen und wunschgemäß abzurufen.

Zielgruppe

Der Lehrgang richtet sich an Fach- und Führungskräfte, Berater, persönlich Interessierte, die bereits Coachingerfahrung haben oder Absolventen einer Coaching-Ausbildung sowie Feelgood-Manager

Inhalt

Modul I: Mentale Fitness

- Stufen der mentalen Arbeit und erste Übungen dazu
- Entspannen, innere Balance halten und auftanken
- Energiemanagement und Selbstwirksamkeit
- Ausgeglichenheit und emotionale Kompetenzen stärken
- Mentale Kraft entwickeln und nutzen
- Mentale Gestaltung – Innere Konflikte lösen, Motivation halten
- Erwartungsdruck und Stressmanagement – wenn's drauf ankommt...
- Konzentrationsfähigkeit und Denkleistung steigern

Modul II: Zukunft und Erfolg gestalten

- Bedürfnisse und mentale Hindernisse erkennen und bearbeiten
- Denk- und Leistungsblockaden abbauen
- Konstruktives Denken und entspr. mentale Techniken einsetzen
- Alternativen und Szenarien – mental- „durchspielen“
- Entscheiden - Ziele programmieren und nachhaltig umsetzen
- Umgang mit Rückschlägen und Misserfolg
- Die eigene optimale-Zukunft gestalten
- Selbstcoaching-Programm für zu Hause

Abschluss

- IHK-Zertifikat

Standort und Termin

DI

02

APR 2024

02. Apr bis 06. Apr 2024
Villingen-Schwenningen
Vollzeit

Termin details

Di - Fr, 09:00 - 18:00 Uhr
Sa, 09:00 - 16:00 Uhr

Hybrider Unterricht ist möglich.

Investition

€ 1.790,-
inkl. Unterlagen und Zertifikat

Ansprechpartner

Aileen Höfner / Akademie

☎ 07721 922 311

✉ hoefner@vs.ihk.de

Veranstaltungsort

IHK Akademie

Albert-Schweitzer-Str. 7
78052 Villingen-Schwenningen

Dozenten

- Claudia Serr



Hinweis

Sie haben noch Fragen?

In unseren FAQs finden Sie Antworten auf Ihre Fragen zu uns, unseren Lehrgängen, den Teilnahme-, Stornierungs- und Prüfungsbedingungen und mehr.

Veranstaltung online ansehen



https://www.ihkademie-sbh.de/weiterbildung/details/ausbildung-zum-mentalen-coach-aufbautraining-vollzeit_116664

Das könnte Sie interessieren

- Ausbildung zum Business-Coach - Vollzeit
- Ausbildung zum Mentaltrainer (m/w/d) - Vollzeit
- Experte für soziale Intelligenz – Das Miteinander erfolgreich gestalten - Vollzeit

