

Männerzeit - Erfolgscoaching für Alltag & Beruf

8 Wochen á 90 Minuten

Woran liegt es, dass manche Menschen Erfolg haben und andere nicht?

Du trägst Verantwortung und funktionierst im Alltag und im Beruf
aber irgendetwas fehlt – du willst nicht ständig ausgepowert und unzufrieden sein

Erfolg bedeutet, sich selbst im Leben zu verwirklichen und aus dem Schatten der
anderen herauszutreten.

Durch Methoden aus dem Mentaltraining können Sie gestärkt mit Selbstvertrauen und
sozialen Kompetenzen Ihre Ziele realisieren. Entdecken Sie Ihre Werte, Ihre Identität
und Ihre Bedürfnisse für nachhaltig mehr Lebensqualität und persönliches Wachstum.

Seien Sie neugierig, was alles möglich ist. Seien Sie mutig etwas Neues zu entdecken.

Sie können selbstständig Ihre Kräfte realisieren und fokussieren, um das eigene Potential
zu erschließen

Welches Ziel möchtest du erreichen? Welche Werte lebst du? Was motiviert dich?
Welche Soziale Rolle lebst du im Alltag und Beruf?

dir ein konkreter Plan fehlt, wie du deine Vision erreichen kannst
du trotz Erfolg im Beruf unzufrieden mit deinem Leben bist
du nicht weißt, was dein Lebensplan ist - wo die Reise hingehen soll
du trotz harter Arbeit nicht die Anerkennung und Erfolge erreichst, die dir zustehen
du versuchst etwas zu verändern, aber immer wieder scheiterst
du dich durch die Arbeit und das Leben erschöpft fühlst

Ziel des Kurses ist der Zugang zum eigenen Ich -zur nachhaltigen
Persönlichkeitsentwicklung

Wir befassen uns mit unseren eigenen Werten -Was sind Ihre Werte?

Methoden zur Motivation und die Fähigkeit Prioritäten zu setzen.

Welche soziale Rolle nehmen Sie im Beruf und Alltag ein?

Was stärkt Ihr Selbstbewusstsein nachhaltig und effektiv?

Welche Möglichkeiten gibt es stressfrei, achtsam und entspannt zu leben?

Wie können Ressourcen aktiviert werden oder neue entstehen?

Eine Vielzahl von Methoden aus dem Mentaltraining und Entspannungsübungen fördern
und stärken Sie –auf dem Weg zu einem erfolgreichen, selbst bestimmten Lebensweg.

Kursgebühr € 180