

Persönliche Kompetenz / Selbstführung

Timeline-Coaching - Kreatives Selbstmanagement mit NLP III

Krisenzeiten und Phasen des Umbruchs gelassen meistern. In schwierigen Situationen einen klaren Kopf bewahren und mit Ruhe und Selbstsicherheit agieren.

Nicht nur auf Führungskräfte lastet heute ein immer höherer Druck. Und obwohl sie Verantwortung tragen, ihre Aufgaben im Griff haben und ihr Handwerkzeug beherrschen, erleben viele Menschen Situationen, in denen sie sich mehr Souveränität wünschen.

Auch wenn wir es nicht wahrhaben wollen: der größte Teil unseres gegenwärtigen Verhaltens wird bestimmt durch alte Gefühls-, Denk- und Verhaltensmuster aus der Vergangenheit. Und so reagieren wir oft „wie auf Knopfdruck“ und unangemessen, obwohl wir es vom Verstand her besser wissen.

Wie aber schafft man es, sich nicht mehr von seinen Gefühlen von Frust, Angst, Unsicherheit... beherrschen zu lassen, nicht mehr mit „alten“ Gefühlen auf neue Ereignisse zu reagieren?



Mit Hilfe der äußerst effektiven Timeline-Methode gelingt es innerhalb kürzester Zeit, hinderliche Verhaltensmuster und Erfolgs-Blockaden aufzulösen und dauerhafte Veränderungen einzuleiten.

Ihr Nutzen

Sie lernen die Timeline-Methode und ihre faszinierenden Möglichkeiten kennen und erleben, wie sie in kürzester Zeit Spannungen abbauen und einschränkende Muster und Erfolgs-Blockaden auflösen können. Sie erreichen Ihre Ziele mit Leichtigkeit und gewinnen ein hohes Maß an emotionaler Freiheit und Selbstbestimmung. Innere Ausgeglichenheit, höhere Arbeitsmotivation und mehr Zufriedenheit im Umgang mit Mitarbeitern, Kunden und Vorgesetzten sind das oft berichtete Ergebnis dieses Seminars.

Inhalte

Einführung in die Timeline-Methode

- Ermittlung der eigenen Timeline
- Timeline-Verläufe und ihre Auswirkungen
- Warum wir manchmal „wie auf Knopfdruck“ reagieren

Mentale Zeitreisen

- Alte negative Emotionen wie Ärger, Wut, Angst, Traurigkeit, Schuldgefühle, Frustrationen... auf der Zeitlinie bearbeiten
- Klären ungünstiger Verhaltensmuster
- Einschränkende Entscheidungen erkennen, überprüfen und verändern
- Auflösung von Erfolgsblockaden
- Prüfungs-, Präsentations- u.a. Ängste ade - Ziele mit Leichtigkeit erreichen

Methoden

Trainer-Input, intensive und erlebnisorientierte Methoden, moderierter Erfahrungsaustausch

Hinweis

Es ist zwar von Vorteil, wenn Sie das Grundseminar besucht und bereits Kenntnisse im NLP haben, aber nicht unbedingt Voraussetzung zur Teilnahme an diesem Seminar.

Das Seminar hat einen großen Coaching-Anteil und wird in einer exklusiv kleinen Gruppe mit höchstens 6 Teilnehmern durchgeführt!

Zielgruppen

Führungskräfte und Selbständige, die nach einer effektiven Möglichkeit zur Stress-Vorbeugung und Konfliktbewältigung suchen. Entscheider, die bereit und willens sind, alte Muster für immer abzulegen und geplante Veränderungen und Ziele tatsächlich zu verwirklichen.

Trainerin	Anna Angelika King <i>Autorin von: Abenteuer Timeline-Reisen auf der mentalen Zeitlinie</i>
Dauer	2 Tage
Termine	02. bis 03. Juni 2016 01. bis 02. Dezember 2016
Gebühren	865,00 €
<i>Mitglieder StFG</i>	785,00 €
Tagungspauschale	140,00 €
Seminar-Nr.	4.21 / 2016