

Erfolgsfaktor Mindset „Light“

Ziele erreichen – mit Motivation an die Umsetzung gehen

Der berufliche Alltag stellt hohe Anforderungen: schnelle Entscheidungen, Anpassungsfähigkeit und ein klarer Fokus sind unerlässlich. Im **Workshop Erfolgsfaktor Mindset „Light“** (1-Tägig) erfährst du in kompakter Form, wie du deine mentale Stärke gezielt aufbauen und einsetzen kannst. Mit praktischen Übungen und effektiven Strategien erhältst du wertvolle Impulse, um deine Ziele zu erreichen und auch in fordernden Situationen motiviert zu bleiben.

Dieses Seminar ist die Kurzversion von **Erfolgsfaktor Mindset „Original“** und bietet die wichtigsten Werkzeuge und Strategien, um die individuellen Ziele effektiv zu erreichen und die mentale Stärke zu entwickeln.

Schwerpunkte des Workshops:

- Basics **Mentaltraining**
- **Einstellung** wählen
- Die **Macht** de(ine)r **Gedanken**
- **Ziele** setzen
- Einfache **Techniken** aus der Welt des **Mentaltrainings** (Teil 1)

Dein Nutzen:

- **Fokussierte Lösungen:** Gewinne Klarheit in deinem Denken und Handeln.
- **Stressresistenz stärken:** Entwickle mentale Widerstandskraft für herausfordernde Situationen.
- **Schnelle Umsetzung:** Nutze die vermittelten Tools direkt im Alltag.

Zielgruppe:

Der Workshop richtet sich an Mitarbeiter und Führungskräfte aus der Wirtschaft, die sich mit wenig Zeitaufwand auf die essenziellen Grundlagen eines starken Mindsets konzentrieren möchten.

Lass dich inspirieren und mache den ersten Schritt zu deinem kraftvollen Mindset!