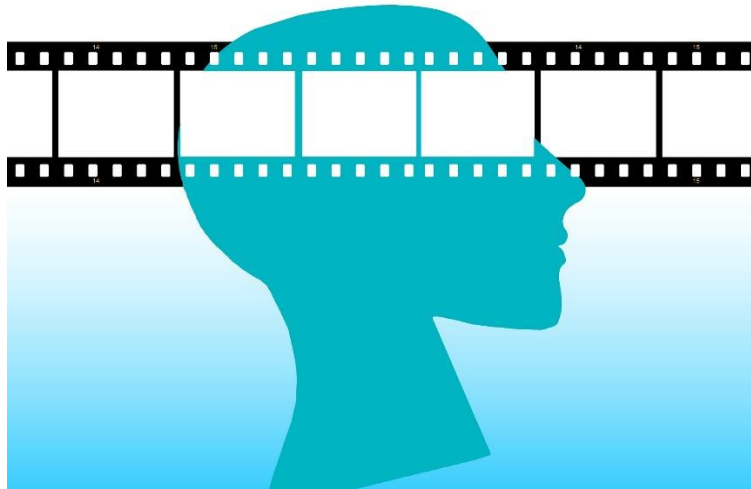


Mentale Stärke an nur einem Wochenende



Hand aufs Herz: Wie gehen Sie mit Stress, Problemen und Sorgen um? Die einen stecken solche Krisen scheinbar locker weg, gehen noch gestärkt daraus hervor und wirken, als könnte sie nichts erschüttern. Andere tun sich mit Problemen schwerer, sehen Schwierigkeiten, wo vielleicht gar keine sind, und nehmen sich viel zu Herzen.

Unter dem Begriff „Mentale Stärke“ verstehen wir einen enorm positiv aufgeladenen Ausdruck, andererseits verbergen sich in diesem Sammelbegriff zugleich zahlreiche Einzel-Eigenschaften, die erst im Zusammenspiel diese innere geistige Kraft ausmachen.

Seminarinhalt:

- Sich in schwierigen Zeiten auf ein Ziel konzentrieren zu können
- Frustrationstoleranz erhöhen
- Widrigkeiten mit Willensstärke entgegenzutreten
- Erkennen der eigenen Ängste
- Die eigenen Werte leben
- Selbstwertgefühl stärken und noch vieles mehr

Gönne dir ein Wochenende, das dein Leben zum positiven verändert. Lerne Gleichgesinnte, aber vor allem dich kennen.

Semindauer: Ein Wochenende

Preis: 570€ ohne Verpflegung