





## Mentaltraining

Lehrgang zu Deiner Berufung

In einer Zeit, die von Hektik, Druck und Überlastung geprägt ist, sind viele Menschen auf der Suche nach Wegen, wie sie mit den Herausforderungen besser zurecht kommen können. Bei der Frage nach dem Sinn unseres Daseins drängt sich auf, wie wir mit den zum Teil menschenverachtenden Umständen umgehen können. Krankheiten sind oft der letzte Weg, der uns zum Umzudenken zwingt.

Unser Zugang zum Mentaltraining besteht nicht nur aus faszinierenden Grundlagen und Techniken, die sofort in die Praxis umgesetzt werden können - es geht auch um die Verinnerlichung neuer und friedvoller Lebenskonzepte, die es erlauben, gewohnte Verhaltensmuster und Zustände positiv zu beeinflussen oder zu verändern.

Die Anwendungsgebiete der seriösen und wissenschaftlich gut untersuchten Methoden des Mentaltrainings sind sehr vielfältig, aber der breiten Masse noch wenig bekannt. Diese reichen von der Sportpsychologie über den Bereich der Rehabilitation, der Psychotherapie bis hin zur energetischen Psychologie. Daraus ergeben sich vielfältige Anwendungsgebiete, wie etwa der schulische Bereich, der Umgang mit Angst, Stressmanagement und Stressprävention im Alltag und im Business, etc.

Mentales Training kann bei Kindern und Erwachsenen bei einer Vielzahl von Problemen zur raschen Lösung eingesetzt werden.

Im Mentalcoaching begleiten wir seit Jahren Geschäftsführer und Vorstände, Olympiasieger und Weltmeister, aber auch Schulkinder und Hausfrauen. Wir sind davon überzeugt, dass in Österreich ein großer Bedarf an Mentaltrainer/Innen und Mentalcoaches besteht – und dieser Bedarf wird mit der zunehmenden Bewusstseins-Erweiterung der Menschheit ständig wachsen.



## Mentales Krafttraining

Selbstcoachingtools zum Erfolg

Mental stark ist nur, wer sich seiner Antreiber und seiner Werte bewusst ist. Durch Mentaltraining ist eine Umprogrammierung des Unterbewusstseins möglich, einschränkende Glaubenssätze können neutralisiert werden. Diese mächtigen Werkzeuge erfährst Du in diesem Seminar. Mentales Training führt zu innerer Ruhe und zu einem gesteigerten Selbstvertrauen. Probiere es aus und erlebe massive Erfolgssteigerungen!

### SEMINARINHALTE

- Erfolgsorientiert denken und handeln
- Die eigene Einstellung wählen
- Die TIME-OUT-Taktik - Höchstleistungen langfristig halten
- Körpersymptome im DIS-Stress (Yerkes-Dodson-Gesetz)
- Den Gedankenaffen zähmen (Das Geheimnis der Meditation)
- Werte und Glaubenssätze prägen Dein Verhalten
- Auflösen von einschränkenden Glaubenssätzen (Blockaden) mit EFT
- Die 4 Schritte mentaler Veränderung
- Die Transformation mit der Klopftechnik verstehen und anwenden
- Nachhaltige Energiearbeit mit "Meridian Therapy Techniques" (MET+)
- Klärung der Beziehungsbedürfnisse mit BSFF

Dieses Modul ist auch einzeln buchbar!

### SEMINARZIEL

Nach diesem Seminar bist Du in der Lage persönliche Hürden und Blockaden aus dem Weg zu räumen. Du lernst wie man einschränkende Glaubenssätze mit der Klopfmethode neutralisiert. Du kannst Anspannung und Stress reduzieren und bist in der Lage dein volles Potenzial abzurufen. Erfolg ist dann etwas, das folgt.



## Quantum Therapy

2-Punkt Methode für alle Lebenslagen

Nutze das unendliche Meer aus Information und Energie mit allen denkbaren und (noch) nicht denkbaren Möglichkeiten, tauche ein in die unendlichen Tiefen und gewähre der höheren Intelligenz, Veränderungen im Sinne Deiner Intention geschehen zu lassen. Erfahre das Privileg, die oft unmittelbaren Veränderungen bei Dir oder bei anderen beobachten zu können. Du lernst, wie Du mit kindlicher und unvoreingenommener Neugierde Quantum Therapy selbst erleben kannst.

### SEMINARINHALTE

- Stille im Kopf - die Kraft des reinen Bewusstseins erfahren
- Das Tor zum Körper mittels Neurosprache öffnen
- Auflösen von Themen direkt an der Ursache
- Integration von förderlichen Ressourcen und Energien
- Zugang zu Deiner Intuition
- Ausgleich Deiner Energiezentren
- Mit Herz und Bewusstsein das Leben ordnen
- Kreativer Umgang mit den Methoden
- Der 7-Schritte-Transformationsprozess für jeden Lebensbereich
- Quantum Therapy mit anderen Methoden kombinieren
- Ho'oponopono im Quanten-Bewusstsein
- Die 3-Punkt-Methode (Triangulation)

Dieses Modul ist auch einzeln buchbar!

### SEMINARZIEL

Du bist in der Lage, die 2-Punkt-Methode spielerisch, leicht und sicher anzuwenden, um dauerhafte und beeindruckende Erfolge damit zu erzielen. Bist Du als Therapeut, Heilpraktiker oder Coach tätig, wird Deine Arbeit sehr viel effektiver, und Erfolge stellen sich nicht nur erheblich rascher ein, sondern sind auch nachhaltig.



## Hypnose & Selbsthypnose

Die Kraft des Unterbewusstseins nützen

Du willst andere Menschen hypnotisieren können und Techniken zur Hypnose sicher beherrschen? Du möchtest den Zustand der hypnotischen Trance selbst erleben, um künftig die enorme Kraft deines Unterbewusstseins mittels Selbsthypnose effektiv zu nutzen? Du willst Hypnose beruflich und privat sicher und erfolgreich anwenden? Dann ist diese Hypnoseausbildung für Dich goldrichtig!

### SEMINARINHALTE

- Hypnose - Entwicklungsgeschichte und Mythos
- Grundwerte, Ethik und Gesetzeslage
- Suggestibilitätstests durchführen und beherrschen
- Basisinformation und Vorgespräch
- Vorstellungskraft und Realitätskreislauf
- Direkte und indirekte Hypnosetechniken
- Wirkung hypnotischer Sprachmuster
- Arten der Hypnoseeinleitung (Induktion)
- Rücknahme von Suggestionen und Hypnoseauflösung
- Phänomene (Armkatalepsie, Sesselkleben,..) beherrschen
- Affirmationen kreativ erstellen
- Anwendung posthypnotische Befehle
- 3 Techniken zur Selbsthypnose
- Anwendungsmöglichkeiten zur Spitzenleistung

Dieses Modul ist auch einzeln buchbar!

### SEMINARZIEL

Du lernst Techniken um Hypnose und Selbsthypnose sicher anzuwenden. Du besitzt nach dem Seminar die Fähigkeit die Hypnosezustände zu vertiefen, posthypnotische Befehle einzusetzen und die Hypnose wieder aufzulösen. Du erlebst viele praktische Übungen in einem geschützten Rahmen ohne Zwang und Peinlichkeiten.



