

Die Macht der Gedanken

Kommunikation

Probleme und Blockaden sind normal und sie lassen sich lösen. Doch das klappt nur, wenn man das richtige Handwerkszeug kennt und einsetzen kann. Genau hier setzt dieses Seminar des Dr. Holzinger Instituts an. Es bringt zunächst den Coaching-Ansatz näher und lüftet dann das „Geheimnis“ zur Lösung emotionalen Belastungen und Blockaden – basierend auf dem wissenschaftlich anerkannten kognitiven Ansatz.

Ihr Nutzen

Mit dem kognitiven Coaching-Ansatz bekommt man einen Werkzeugkasten in die Hand, mit dem sich persönliche Schwierigkeiten in kurzer Zeit souverän und emotional stabil lösen kann. So wird Energie frei für oder um bei all dem Stress einfach zur Ruhe zu kommen. Die Seminare sind als Kleingruppe konzipiert und bestehen aus einer Kombination aus Live-Coachings und kleinen Theorie-Einheiten.

In dem 2tägigen Intensiv-Seminar lernen Sie den kognitiven Ansatz kennen, der die Grundlage des Coachings bildet. Er basiert auf wissenschaftlich erforschten und anerkannten Methoden der Rational-Emotiven und Kognitiven Verhaltenstherapie und auf den modernen Erkenntnissen der Kognitionspsychologie. (A. Ellis, A. Beck, M. Vlajkov, D. Kanemann u.a.).

Dieses Seminar ist auch als Inhouse-Seminar buchbar.

Zielgruppe

- Interessierte, die den eigenen Horizont erweitern möchten

Inhalte

- Man lernt anhand zeitgemäßer Psychologie wie wir Menschen wirklich ticken.
- Gefühle verstehen und verändern.
- Belastende Gefühlszustände und Verhaltensblockaden erkennen und dauerhaft bewältigen.
- Wie und woran lassen sich verborgene Gedanken erkennen.
- In Theorie und Praxis: Wie lassen sich Gedanken mit den richtigen Fragen und echten Einsichten verändern?
- Live-Coachings, die Ihnen helfen, die Theorie in die Praxis umzusetzen.

Termine und Veranstaltungsorte finden Sie auf www.pvs-akademie.de/seminarprogramm 

CLEVER BUCHEN

bei zeitgleicher Buchung
2 Seminare 15% Rabatt
3 Seminare 25% Rabatt