

Visions- und Zielarbeit: Motivation und Selbstführung mit mentalen Techniken

Kursnr.
24BTDK0017



Kurstermin

16.10.2024

Unterrichtsdetails

Mi 09:00-16:20

8 Unterrichtseinheiten

Unterrichtsort

BFI Wien

Alfred-Dallinger-Platz 1

1030 Wien

Lernformat

Präsenz

Preis

€ 280,-

Förderpreis

€ 130,-



Alle Preise inkl. 10% USt.

Bitte beachten Sie die Rabatt- und Förderbedingungen. Mehr Informationen finden Sie unter bfi.wien.

Das erwartet Sie

Wecken Sie Ihre inneren Stärken! In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie sich mithilfe kraftvoller innerer Bilder ausrichten, konzentrieren, fokussieren und motivieren. Sie erfahren, wie sie eine klare Vision entwickeln, die Sie lenkt und ihnen starken Antrieb und Überzeugungskraft verleiht. Sie trainieren mentale Techniken und die beeindruckende Kraft der Visualisierung. Entdecken Sie, wie Sie ihre innere Bilderwelt ganz gezielt nutzen können, um sich selbst zu motivieren und ihre Ziele erfolgreich zu verfolgen.

Inhalte

- Einführung in die Welt des mentalen Trainings
- Erlernen von Techniken zur bewussten Gestaltung und Verstärkung von inneren Bildern
- Erlernen von Visualisierungstechniken zur Stärkung der Selbstmotivation
- Schritte zur Formulierung einer inspirierenden Lebens- oder Karrierevision
- Nutzen einer Vision als Leitstern für persönliche und berufliche Ziele
- Strategien fürs Durchhalten und Dranbleiben

Nutzen und Karrieremöglichkeiten

- Sie steigern Ihre intrinsische Motivation und Selbstführungscompetenz spürbar.
- Sie lernen, Ihre beruflichen und privaten Ziele klarer zu definieren und sie mit mehr Leidenschaft und Entschlossenheit zu verfolgen.
- Sie legen mehr Kreativität und Überzeugungskraft an den Tag.
- Sie überwinden in vielen Lebenslagen den "inneren Schweinehund".

Zielgruppe

- Personen, die persönliche und berufliche Ziele verwirklichen - und mittels mentaler Techniken erfolgreich sein möchten
- Personen, die innere Barrikaden überwinden und ihre Fähigkeit zur Selbstmotivation, Konzentration und Fokussierung stärken wollen