

Mentaltraining – Grundlagen

Online Seminar

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



„Erfolg beruht nicht auf der Anerkennung durch Andere. Er ist Frucht dessen, was du mit LIEBE gepflanzt hast.“ Paolo Coelho - Die Schriften von Accra.

Sie sind, was Sie aus sich machen! Bestimmen Sie Ihre Lebensumstände oder bestimmen die Umstände Sie?

Mentaltraining ist eine äußerst wirksame und erprobte Methode, sich aus einer Gedankenfalle zu befreien, um vom problemorientierten ins lösungsorientierte Denken zu kommen. Jeder kann lernen, bewusst Ursachen zu setzen, um ein bestimmtes erwünschtes Ziel zu erreichen. Führungskräfte und namhafte Persönlichkeiten aus Wirtschaft, Politik und Wissenschaft nutzen mentale Techniken, um zielgerecht und höchst effizient ihren Erfolg zu gestalten. Mit Hilfe der mentalen Techniken sind Sie in der Lage, Ihre Potenziale und Fähigkeiten zu nutzen, Ihre Persönlichkeit zu entwickeln, Wünsche und Ziele Realität werden zu lassen und Ihre Gesundheit zu kräftigen. Das Seminar gliedert sich in einen theoretischen und praktischen Teil.

Theorie:

- Persönlichkeitsentwicklung
- Trancezustände und deren Anwendung
- Kommunikation auf allen Ebenen
- Pädagogisches Sprechen, Mimik, Gestik, Ton
- Gruppenführung, Konfliktbewältigung
- Superversion
- Möglichkeiten der Wahrnehmung

Praxis:

- Suggestion, Affirmation, Motivation
- Vorgehensweisen und Übungen zur Erhöhung der Konzentrations- und Entspannungsfähigkeit
- Atmung und Körperbeherrschung

Nutzen: Zielverwirklichung, Stärkung des Selbstbewusstseins und Bewusstseinsweiterung

- Steigerung der Leistungsfähigkeit und Stress-Prävention
- Entwicklung der Fähigkeit, mit einer neuen Wahrnehmung die Welt zu analysieren

Dieses Seminar richtet sich an therapeutisch und beratend arbeitende Personen, sowie Coaches und an diesem Thema interessierte Berufsgruppen.

Beachten Sie bitte auch unsere Fachfortbildung Mentaltraining.

Dozent/in Alina Seiler: Jg. 1996. Frau Seiler ist verheiratet und lebt in der Nähe von Tübingen. Nach ihrem Studium der Rechtswissenschaften und anschließender Berufserfahrung absolvierte sie die Ausbildung und Prüfung zur Psychologischen Beraterin (VfP) und hat ihr Portfolio seither durch verschiedene Fortbildungen, Fachausbildungen und Studiengänge erweitert. Als Dozentin gibt sie ihr Fachwissen in verschiedenen Seminaren und Ausbildungen weiter. Frau Seiler ist in eigener Praxis tätig und begleitet angehende Berater und Coaches im Aufbau ihrer Selbstständigkeit und Beratungspraxis.

Termine:

Mo. 23.02.2026

18:00-21:00 Uhr

Di. 24.02.2026

17:00-21:00 Uhr

Mo. 02.03.2026

18:00-21:00 Uhr

Di. 03.03.2026

17:00-21:00 Uhr

Preis:

270,- Euro *



Paracelsus
Gesundheitsakademie
Onlineunterricht
Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:

SSH111020326

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

