



SEMINAR IM HELLEN - VON DER ANGST ZUR STÄRKE

COMPETENCE LOUNGE-MANAGEMENT ACADEMY

BESONDERE SITUATIONEN IM BERUFLICHEN LEBEN KÖNNEN UNSICHERHEIT UND ANGST AUSLÖSEN WIE ZUM BEISPIEL EINE UNTERNEHMENSGRÜNDUNG, ABER AUCH VERÄNDERUNG DER MÄRKTE ODER DER PRIVATEN SITUATION..



Durch den bewussten Umgang mit den aufkommenden Gefühlen können Sie diese Energie nutzen und transformieren. In diesem Seminar üben Sie mit einfachen aber höchst effektive Techniken dauerhaft Nervosität und Unsicherheit durch Selbstvertrauen und innerer Stärke zu ersetzen.

NUTZEN

Wenn Sie den Seminarraum verlassen, begleiten Sie Zuversicht und die gelebte Gewissheit, dass trotz der Unsicherheit "alles ist in Ordnung" ist. Sie haben einige Hindernisse auf dem Weg zu Erfolg und Ausgeglichenheit endgültig hinter sich gelassen und sehen den kommenden Herausforderungen gelassener entgegen.

INHALT

- Techniken der Stressauflösung nach Dr. Fred Gallo
- Entspannungs- und Stärkungstechniken auf Basis der 5 Wandlungsphasen

der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

- Selbsthilfetechniken für zu Hause
- Selbsterfahrung und Reflexion

ZIELSETZUNG

- schnelle Stressreduktion in Akutsituationen
- Nervosität und Unsicherheit auf neuronaler Ebene dauerhaft reduzieren
- selbstsabotierende Verhaltensweisen erkennen und lösen
- Selbstsicherheit und Stärke entstehen lassen
- Widerstände auflösen

MANAGEMENT ACADEMY

Weiterbildungserlebnisse im Bereich
Persönlichkeitsentwicklung und Kommunikation unter
ungewöhnlichen Rahmenbedingungen.

ALLGEMEIN

Zielgruppe: für Entscheidungsträger und Spezialisten

Eintagesseminar: Min. 5 - Max. 14 Teilnehmer

Investition: € 495,- pro Teilnehmer

Individuelle Termine auf Anfrage

Im Betrag enthalten: Konzeption & Planung, Kompletter Satz der Seminarunterlagen, Durchführung des Seminars durch einen unserer erlebnisorientierten Referenten, Vormittags- und Nachmittagserfrischungen, einen Hellraum-Guide, 3-gängiges Mittagessen und Getränke. Alle Entgelte sind umsatzsteuerbefreit gemäß §6 Abs. 1 Z 27 UStG.

ERMÄSSIGUNGEN / FÖRDERUNGEN

- 30% (per TN) ab 10 TeilnehmerInnen eines Unternehmens
- 10% (per TN) ab 3 TeilnehmerInnen eines Unternehmens

Ermäßigungen, Rabatte, Frühbucherbonus etc. sind nicht addierbar.

- Informieren lohnt sich - Bildungsaufwendungen werden gefördert – wir beraten Sie gerne!

ANFRAGEN/ANMELDUNG

Anmeldecode: MASiH06 (bitte immer angeben)

Telefon: +43 664 4051946

Email: contact@competence-lounge.at

Post: Nikolaus-Lenau-Strasse 201, A-3032 Eichgraben

Ihre Anmeldung wird binnen 3 Tage per Email bestätigt.

REFERENTIN

Ing. Mag. Sylvia Sabin, B.Sc.



Sylvia Sabin ist Arbeits-
Klinische- und
Gesundheitspsychologin, Dipl.
Hara Shiatsu Praktikerin und
Ausdruckspädagogin. Dank Ihres
umfangreichen Erfahrungsschatz
an modernen wissenschaftlichen
und traditionell asiatischen
Entspannungs- und
Selbsterfahrungstechniken hat sie
für jeden Veränderungswunsch
die passende Übung parat.

ANMELDECODE

MASiH06

GESAMTPROGRAMM & AGB

www.competence-lounge.at

EMPFEHLUNG

