

Die Einstellung macht's - Eine optimistische Einstellung beginnt im Kopf

Der berühmte Automobilproduzent Henry Ford hat einst gesagt: „Egal, ob Sie glauben, dass Sie etwas können oder dass Sie es nicht können, Sie haben in jedem Fall recht.“

Unsere Gedanken bestimmen unser Handeln und unser Tun. Unser Handeln und unser Tun bestimmen unser Verhalten. Unser Verhalten gestaltet unser Leben und unsere Umwelt. Sich ständig wiederholende, negative Gedanken wie „Ich schaffe das nicht.“, „Ich bin nicht gut genug.“ oder „Es war schon immer so. Es wird dieses Mal auch so sein.“ führen zu Stress, Angst oder Verspannung, unangenehmen Gefühlen und Misserfolg.

Inhalte

- Du bist, was du denkst: Die Macht der Gedanken
- Visualisierung: Die Kraft der inneren Bilder
- Veränderung beginnt im Kopf
- Das innere Team: Der innere Kritiker, der innere Richter, der Antreiber, ...
- Vergangenheit – Hier und Jetzt – Gegenwart
- Vom „Getriebenen“ zum Handelnden
- Gedankenstopp
- Der innere Dialog, das negative Selbstgespräch bzw. the drunken monkey in uns
- Autosuggestionen
- Selbstwert, Selbstachtung, Selbstbewusstsein
- Anerkennung

Antje Heimsoeth gibt im Vortrag mentale Übungen, sofort umsetzbare Tipps, Inspiration, wert-volle Impulse, Informationen, wie sie es schaffen, Ihre Gedanken zu analysieren und mit Gedanken- und Psychohygiene gelassener zu werden. Erfolgreiche Menschen kommen dorthin, wo sie hin wollen, kraft ihrer Gedanken und inneren Bilder, dank ihres Muts, ihrer Disziplin und ihrer Entschlossenheit. Erfolg ist auch eine Frage der inneren Haltung und Einstellung.



Sie möchten ein Give-away für Ihre Kunden oder Mitarbeiter zum / nach dem Vortrag?
Sehr gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot!