



Der mentale Weg zur Zielerreichung

*Der Langsamste, der sein Ziel nicht aus den Augen verliert,
geht immer noch schneller als der, der ohne Ziel herumirrt.
(Gotthold Ephraim Lessing)*

Wer seine Ziele erreichen will, der muss sich auch Ziele setzen. Wer nicht weiss, wo er hin will, der wird auch nie einen Weg dorthin finden.

Menschen, die klar definierte Ziele haben, sehen auch, was sie erreichen möchten. Dadurch sind sie erfolgreicher, gelassener, gesünder und glücklicher. Diese Menschen tun etwas für die Zielerreichung und überlassen ihr Leben nicht einfach dem Zufall.

Ziele erlauben es uns also, aktiv zu werden und zielgemäss zu handeln. Sie geben uns eine Richtung vor, in welche wir uns bewegen. Denn Ziele sind wie Meilensteine auf dem Weg in ein glückliches und erfülltes Leben.

Workshop-Inhalt

- Sie lernen, für sich die richtigen Ziele zu setzen.
- Sie lernen, Ihre Ziele richtig zu formulieren.
- Sie befassen sich mit möglichen Blockaden, die Sie an Ihrer Zielerreichung hindern können.
- Sie erlernen Techniken, die Sie bei Ihrer Zielerreichung unterstützen.

Durchführung

Trainerin: Marzena Kopp-Podlewski
Dr. oec. publ., Dipl. Mental-Coach

Dauer: 9.00-16.30 Uhr

Ort und Termine: Siehe Angaben auf der Homepage
(www.koppcoaching.ch => Workshops)

Kosten: Pro Person CHF 210.-
inkl. Pausenverpflegung, ohne Mittagessen

Anmeldung an: Marzena Kopp-Podlewski
Tel. 078 649 76 60
E-Mail: info@koppcoaching.ch
www.koppcoaching.ch