



AKADEMIE FÜR NEUROMENTALTRAINING®

Be the very best version of yourself!

NEUROMENTALTRAINING® = das NEUE Zeitalter des Mentaltrainings!

Das Denkkorgan **Gehirn** ist ein unglaublich komplexes Wunderwerk. Es steuert unsere **Wahrnehmungen**, unser **Denken** und **Fühlen** und damit unser **Verhalten**. Dieses wissenschaftlich fundierte Wissen, wie unser Gehirn funktioniert und die wirksamsten Veränderungskonzepte daraus, werden im **NEUROMENTAL-TRAINING®** praxisorientiert integriert.

NEUROMENTALTRAINING® bewirkt spürbare Verhaltensveränderungen durch Anwendung wissenschaftlich fundierter Erkenntnisse unseres Gehirns.

NEUROWISSENSCHAFT TRIFFT PRAXIS - Bei uns lernen Sie, dass ...

- jeder dazu befähigt ist, **nicht mehr erwünschtes Denken und Fühlen** zu **verändern** und die damit verbundenen Verhaltensmuster zu durchbrechen.
- jeder seine **gewohnte Routine verlassen** und **Neues ausprobieren** kann.
- jeder mit der richtigen Herangehensweise sein **wahres Potential entfalten** und **seine Bestimmung** entdecken kann.
- jeder mit dem **richtigen Hintergrundwissen** und der **richtigen Vorgehensweise** es leicht schaffen kann, sein Leben **erfolgreicher, leichter** und **glücklicher** zu gestalten.
- jeder seine Blockaden auf dem Weg zu seiner **Zielerreichung** auflösen und seine verdeckten Ressourcen aktivieren kann.

DIPLOM NEUROMENTALTRAINER/IN-AUSBILDUNG



Diese Ausbildung richtet sich an:

- Menschen, die **Interesse** und **Freude** an der eigenen **persönlichen Entwicklung** haben
- Menschen, die **mentale Techniken im beruflichen Kontext** einsetzen wollen
- Menschen, die **Trainer** werden wollen oder bereits Trainer sind und mentale Techniken in ihr Training integrieren möchten

Wie wir arbeiten? Es gibt einen Ausbildungsplan und zusätzlich arbeiten wir an Themen, die für die Teilnehmer/innen relevant sind und die größte Hebelwirkung in ihrer beruflichen oder privaten Entwicklung haben. Kurzen Theorieinputs folgt die Umsetzung in die Praxis, meist in Partnerübungen.

LEHRGANGSINHALTE

EIN BLICK HINTER DIE KULISSEN: NEUROWISSENSCHAFTLICHE GRUNDLAGEN UND HINTERGRUNDWISSEN

- Was ist Mentaltraining und was ist **NEUROMENTALTRAINING®** und wie funktioniert es? Nutzen von Neuromentaltraining® und wo kann ich es einsetzen?
- Eine **Reise durch das Gehirn** - Hintergrundwissen und neurowissenschaftliche Grundlagen
 - Wie funktioniert unser Gehirn? Neuroplastizität versus Neurorigidität, Gehirnfrequenzen, Botenstoffe, limbisches System, Placebo versus Nocebo ...
 - Was sind Gedanken? Was konkret bedeutet Denken? Was passiert beim Denken im Körper?
- **Stress**, Stressfaktoren, Stresstheorien, Auswirkungen von Stress

EINE REISE ZU SICH SELBST - WIE TICKT DER MENSCH?

- **System Mensch und Wahrnehmungsebenen**
- Warum wir uns so verhalten, wie wir uns **verhalten**? Was **treibt** uns an?
- Mit welchen **Glaubenssätzen** und Kernüberzeugungen gehen wir durchs Leben?
- Was ist uns wichtig, welche **Werte** leben wir?

BRAINTALK – GEHIRNGERECHTE EXTERNE UND INTERNE KOMMUNIKATION

- **BrainTalk** – Kommunikationsmodelle
- Neuronen im Gespräch - **Macht und Magie der Sprache**
- Wie wir aus den Endlosschleifen von Problemen aussteigen können? **Lösungsorientierte Fragetechniken** und zielfokussierte Gesprächsführung
- **Feedforward**
- **Afformationen**

DIE KUNST DER RICHTIGEN MENTALEN TECHNIKEN FÜR LANGFRISTIGE VERÄNDERUNGEN

- **Ankertechiken** und Abgrenzungsmethoden
- Methoden zur Auflösung von **Glaubenssätzen** und um unerwünschtes Verhalten zu verändern
- **Entspannungsmethoden** und Einblicke in die **Meditation**
- **Atmen** funktioniert immer – welche Atemtechniken schnell in die Entspannung führen
- **Dopamin-Quellen** - was uns glücklich macht
- Gehirngerechtes Planen von **Zielen** und wie sie erreicht werden
- Wenn die Akkus leer sind – **Stressbewältigungsstrategien**
- **Kopfkino** – Wie Visualisieren wirklich funktioniert!
- **EPT® Emotional Power Tapping** - Emotionsmanagement, Klopftechnik, um emotionale Blockaden aufzulösen
- **MindMovie**

Voraussetzungen

- Für die Teilnahme: Interesse und Freude an der persönlichen Weiterentwicklung
- Für das Diplom: Diplomarbeit im Umfang von ca. 30 Seiten, Präsentation am Abschlusstag

Lehrgangsdauer

Die Ausbildung zum/r Diplom Neuromentaltrainer/in dauert 6 x 2 Tage.

Ausbildungszeiten sind jeweils Samstag (10 – 18 Uhr) und Sonntag (9 – 17 Uhr).

Lehrgangskosten

Lehrgangskosten betragen Euro 2.150,00 (für Club Alpha Mitglieder Euro 2.000,00) und beinhalten die Lehrgangsunterlagen in elektronischer Form sowie eine halbe Stunde Einzelcoaching.

Aufenthalts- und Verpflegungskosten sind nicht im Seminarbeitrag enthalten.

TERMINE WIEN 2022

Club Alpha, 1010 Wien, Stubenbastei 12/14

Modul I	12. + 13.03.2022
Modul II	02. + 03.04.2022
Modul III	23. + 24.04.2022
Modul IV	14. + 15.05.2022
Modul V	04. + 05.06.2022
Modul VI	02. + 03.07.2022



Online-Infoabend am 24.02.2022
INFO-Gespräch jederzeit möglich.



Mag. Wilfried ZEHETNER
Organisationsleitung & Trainer

Mobil +43 699 12627125
E-Mail wz@neuromentaltraining.com
Web www.neuromentaltraining.com

