



Info (+43) 664 14 39 630

DIE Ausbildung

Aus dem Leben-Für das Leben

zum/zur

MentaltrainerIN

Vorsprung
im Leben & Beruf

ufz
VORSPRUNG
im Leben & Beruf
www.useyourpower.at

Gedanken zur Ausbildung von Armin UITZ

Als Lehrtrainer, Coach und Mensch, der mitten im beruflichen Leben steht, weiß ich, dass es Situationen im Leben gibt, die uns sehr fordern können. Situationen, privat wie beruflich, die uns manchmal verzweifeln lassen. Was Sie in dieser Ausbildung erwarten können, sind umgesetzte und gelebte Methoden und Techniken, die Ihnen den heißersehten Vorsprung im Leben & Beruf bringen, um „Schwieriges“ zu meistern. Machen Sie DAS LEBEN zu Ihrem Leben und entfalten Sie Ihr Potential. Was ich lehre und trainiere lebe ich auch. Sie finden in dieser Ausbildung ausschließlich gelungenes Wissen. Meine Freude und Begeisterung zu Aus –und Weiterbildung lässt mein Repertoire stetig wachsen, welches kritisch hinterfragt und modifiziert wird, um den Anforderungen der heutigen Zeit gerecht zu werden.

AKTUELL – WISSENSCHAFTLICH FUNDIERT – VERSTÄNDLICH -EINFACH – PRAKTISCH

Interessenten-Innen sagen:

„Herr Uitz, ich bin an ihrem Angebot und Thema(mentales Training) sehr interessiert, jedoch weiß ich noch nicht, ob ich mich schon jetzt damit selbstständig machen will. Das Schreiben einer Diplomarbeit macht mir momentan auch keine große Freude. Ich brauche die Inhalte der Ausbildung zurzeit für mich und manchmal für andere Menschen in meinem Leben“

Antwort von Armin UITZ

*„Dafür habe ich vollstes Verständnis. Um dennoch einer breiten Öffentlichkeit die Vorzüge und Möglichkeiten des mentalen Trainings(der positiven Psychologie) näherzubringen, habe ich **DIE Ausbildung** entwickelt. Vor allem, weil ich fest daran glaube, dass der Mensch im Rahmen seiner Möglichkeiten im Stande ist, ein glückliches und erfolgreiches Leben zu führen.“*

ERFAHREN – STAUNEN – ERLEBEN – BEGREIFEN – LEBEN

Stimmen von Absolventen-Innen

„Dein Seminar war bisher das Allerbeste und einfach einzigartig. Als Jungunternehmerin ist es besonders wertvoll, von der Erfahrung und dem Wissen authentischer Trainer zu lernen – Danke dir dafür.“ „Lieber Armin! Vielen Dank nochmals für diese tollen Tage und auch für die wunderbaren Unterlagen. Ich konnte soooooo viel mitnehmen, weil alles sofort zum Nachdenken bzw. Umsetzen anregt und wir von deiner Erfahrung viel lernen durften.“ „Grüß dich Armin, Ich möchte mich bei dir nochmal für die tolle Ausbildung bedanken. Es fallen mir so viel mehr Details im Leben und Verhalten auf, wodurch ich auch anders reagieren kann - das ist unglaublich! Ich habe noch in keinem Seminar so viel Echtheit, Lebendigkeit, Fröhlichkeit und Menschlichkeit erlebt. Dein vermitteltes Wissen und Handeln möchte ich gerne weitertragen und l e b e n.

Modul 1

Ruhe und Gelassenheit

- innere Balance herstellen
- Ressourcen und Fähigkeiten entdecken
- Moment of Excellence (Leistung am Punkt)
- Energieräuber erkennen

Modul 2

Aufbau von mentaler Stärke

- Die Kraft der Gedanken nutzen
- Innere –und Äußere Dialoge
- PNI (Psychoneuroimmunologie)
- Schlagfertigkeitstraining

Modul 3

Emotionen steuern

- Gefühle erkennen und nutzen
- Das „Gordon“ Modell
- „Anti Ärger“ Programm
- Emotionale Intelligenz entwickeln
- Kinder „begreifen“ lernen

Modul 4

Selbsterfahrung

- Wer bin ich, was brauche ich?

Modul 5

Verhaltensmuster erkennen

- Die Kraft der Vorfahren entdecken
- Gutes nutzen – Störendes ablegen



Humor
Garantie

Modul 6 **Aufbau von psychischer Widerstandskraft**

- Ent-Wicklung von STÄRKE
- Umgang mit Tiefschlägen
- Stärken stärken
- Resilienz(Widerstandskraft) - Faktoren von heute
- Burn out erkennen und vorbeugen

Modul 7 **Stressmanagement**

- Selbstmanagement
- Salutogenese nach A. Antonovsky
- Gesundheit erhöhen, erhalten, fördern
- NKS – Neurokybernetische Selbstregulierung

Modul 8 **Konfliktmanagement**

- Konflikte erkennen
- Konflikte lösen
- Energie nutzen
- Neue Energie gewinnen

Modul 9 **Changemanagement**

- berufliche Veränderungen meistern

Modul 10 **Ziele und Wünsche**

- „Weshalb will es einfach nicht klappen?“
- Das psychologische Immunsystem kennen lernen und Ziele erreichen



**Humor
Garantie**

Nutzen**„Handle, und du weißt, was du kannst!“ AU**

Sie erhalten Methoden, Wissen und Techniken, um berufliche wie private Herausforderungen zu meistern. Sie können ihre Gedanken gezielt einsetzen und auf diese aufbauen. Sie werden Situationen, die Sie zuvor als „bedrohlich“ und „sehr emotionell“ betrachtet haben mit mehr Ruhe und Gelassenheit begegnen. Sie sind in der Lage auch andere Menschen hin zu ihren Zielen und Veränderungswünschen zu begleiten. Lebensfreude, Selbstbestimmtheit und Erfolg im Sinne eines gelungenen Lebens werden ein Teil von Ihnen. Sie sind mental fit.

Investition

1490.- inkl. MWst – (Frühstück, Mittag – und Abendessen, eventuell Nächtigung sind extra)

Bonus (kostenlos)

- Ein Trainingsbuch mit 52 mentalen Techniken für mehr Lebensfreude und Zufriedenheit
- Ein Buch aus der Wirtschaftspsychologie für mehr Widerstandskraft im beruflichen Alltag
- Lern – und Arbeitsblätter mit Nachhaltigkeit - (Lizenzgebührenfrei)
- Pausenverpflegung (Kaffee, Tee, Wasser, Süßes und Obst)
- 2 CD's aus der Neurotechnik mit binauralen Beats für Klarheit, Energie und Regeneration

Ort und Zeit:

Die Ausbildungen werden in Kärnten (St. Veit/Glan) und der Steiermark (Leibnitz) durchgeführt. Aus Ressourcengründen gibt es derzeit keine konkreten Lehrgangstermine. Sehr gerne bin ich bereit, ab einer Gruppengröße von mind. 6 Menschen, einen Lehrgang individuell durchzuführen. Kontaktieren Sie mich einfach persönlich wenn Sie mit mir gemeinsam eine Ausbildung planen wollen.

