

TU ES JETZT

Plädoyer gegen das Aufschieben

von Mentalcoach, Bestsellerautor und Kolumnist Michael Altenhofer

Zurücklehnen, Nichtstun und sich ein bisschen berieseln lassen. In diesem **Vortrag** völlig abgeschlossen! Außergewöhnliche Übungen machen Ihre mentale Stärke erlebbar und zeigen Ihnen, wie schnell Sie sich für konsequente Handlungen aktivieren können. Sie lernen Ihre Mechanismen im Kopf kennen, die Sie in Ihren Handlungen blockieren und erfahren, wie Sie damit in Zukunft besser umgehen.



Inhalt:

- Die pragmatische Zauberformel fürs Handeln: Gut genug statt perfekt
- Träumen ja. Schlafen nein.
- respect everything – fear nothing: Warum Sie erfolgreich sein werden.
- Die Steinmetzphilosophie für das Dranbleiben
- Mut erhöhen statt Risiko minimieren
- Die Bergmetapher für Problembewältigung: Ab wann erkennen Sie markierte Wege?
- Die Kraft von Bildern und Wörtern im Kopf
- Performance und Lebensqualität steigern
- Das innere Team managen: Wie der Konsequente den Schweinehund an der Leine führt und nicht umgekehrt

