




dirk krause: MENTALfrei

Grenzen überwinden - Ziele erreichen

Für Menschen und Unternehmen die Veränderungen suchen

 www.dirkkrause.com

 B: 04381-2049888
M: 0172-5106604

 dirk@dirkkrause.com

KONTAKT

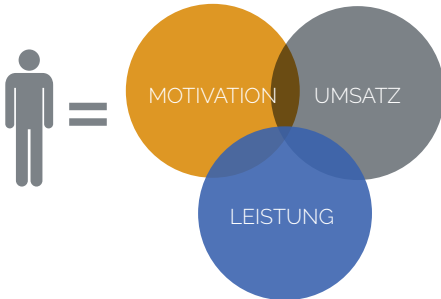
 0172-5106604

 dirk@dirkkrause.com

 www.dirkkrause.com

 Hauptstr. 2a, 24321 Tröndel

VORTEILE



MENTALCOACHING FÜR OPTIMALE ERGEBNISSE

Mentale Verkaufspsychologie

Höhere Umsätze durch Wahrnehmung

Jeder Mensch denkt und handelt anders, als man selbst. Oft sind es nur kleine Signale, die vom Gegenüber ausgesendet werden. Wahrnehmung und das Erkennen von Gedankenmustern kann über den Erfolg einer Verhandlung entscheiden.

Neurolinguistische Kommunikation

Menschen in ihrer Sprache abholen

Gesprächsmuster sind bei jedem anders und unser Gehirn verarbeitet Informationen entsprechend individuell. Das Gesagte wird unterschiedlich aufgenommen. Sprechen wir die "falsche" Sprache, holen wir unseren Gesprächspartner gedanklich nicht ab.

Glaubenssätze auflösen

Erfolg beginnt im Kopf

"Das kauft der Kunde für den Preis nicht" kann ein Glaubenssatz sein, der uns bereits in der Kindheit eingepflanzt wurde. "Geld verdirbt den Charakter" ist so ein Beispiel. Eine Auflösung dieser Blockaden aus der Vergangenheit führt zu mehr Kunden und höheren Umsätzen.

Motivation und Stressvermeidung

Leistungssteigerung

Umsatz- und Termindruck, Meetings oder persönliche Schwierigkeiten können uns im Vertrieb mental hemmen. Die Folge sind ein Leistungsabfall bis hin zu Krankheiten. Mentalcoaching kann das nicht nur vermeiden, sondern dauerhaft zu mehr Motivation und einer besseren Leistung führen. Profi-Sportler wenden das schon lange an.

FÜR WEN

VERTRIEB	
FÜHRUNGSKRÄFTE	
MITARBEITER	
SELBSTÄNDIGE	
DACH-REGION	

OFFENE SEMINARE

Termine unter: <https://dirkkrause.com>

THEMEN IM KURZÜBERBLICK

Individuelle Themen

Wir begrenzen uns oft nur durch unsere Gedanken

- Mentale Verkaufspsychologie
- Neurolinguistische Kommunikationstechniken
- Motivation und Stressreduktion für Mitarbeiter

Seminare

- Stressreduktion für Selbständige und Führungskräfte
- Ressourcenorientierung zur Förderung der eigenen Stärken
- Werteorientierte Mitarbeiterführung

1:1 Coaching

- Auflösung von Blockaden und falschen Glaubenssätzen
- Frei von Nervosität bei Vorträgen, Meetings und Terminen
- Personal- und Führungskräfteentwicklung
- Persönlichkeitsentwicklung

www.dirkkrause.com



dirk krause: MENTALfrei

STRESS VORBEUGEN - SICHERHEIT GEWINNEN

Von Mensch zu Mensch



www.dirkkrause.com



B: 04381-2049888
M: 0172-5106604



dirk@dirkkrause.com

KONTAKT

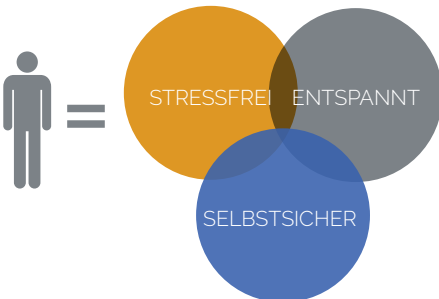
0172-5106604

dirk@dirkkrause.com

www.dirkkrause.com

Hauptstr. 2a, 24321 Tröndel

VORTEILE



MENTALCOACHING FÜR EIN LEBEN OHNE STRESS

BURNOUT VORBEUGEN

Druck und Überforderung vermeiden

Druck und Stress kommt entweder von außen oder durch uns selbst. Wir glauben funktionieren zu müssen. Mentale sowie körperliche Erschöpfung oder Krankheiten sind die Folge. Dem kann man vorbeugen.

Selbstbewusstsein

Sich seiner sicher sein

Gedanken wie "Ich bin es nicht wert", "Alle sind besser" oder "Bei mir klappt nie etwas." können das Selbstbewusstsein einschränken und sich auf das Leben auswirken. Diese Muster haben unterschiedliche Ursachen. Diese finden wir und ändern es.

Positives Denken

Ein Leben ohne Sorgen

Täglich wirken auf uns durch Nachrichten oder unser Umfeld unterschiedlichste Informationen ein. Zu viele negative Einflüsse können zu einer pessimistischen Denkweise führen. Sorgen beeinflussen unser Tun. Optimistisch zu denken wirkt sich positiv auf unser Privat- und Berufsleben aus.

Entspannungstechniken

Mentale Freiheit und Selbstwahrnehmung

Entspannungstechniken wie Autogenes Training, Meditation oder der Bodyscan machen den Kopf frei und sorgen für ein gutes Gefühl. Wir lernen uns wieder mehr wahrzunehmen. Besonders in stressigen Zeiten bleiben wir ruhig und gelassen. Nach einem anstrengenden Tag schöpft man neue Energie. Das ist wie Urlaub für den Kopf und den Geist.

FÜR WEN*

MITARBEITER	████████████████████
FÜHRUNGSKRÄFTE	████████████████████
UNTERNEHMER	██████████████████
SELBSTSTÄNDIGE	██████████████████
DACH-REGION	████████████████████

OFFENE SEMINARE

Termine unter: <https://dirkkrause.com>

*Wegen einer übersichtlichen Darstellung wurde die männliche Schreibweise verwendet. Wir stehen für Gleichberechtigung.

THEMEN IM KURZÜBERBLICK

Individuelle Themen

Vorbeugung gegen Krankheit und ausgebrannt fühlen

- Burnout-Syndrom Prävention
- Sicher vor anderen in Vorträgen sprechen

Seminare

- Motivation und Stressreduktion für Mitarbeiter

- Stressreduktion für Selbständige und Führungskräfte

- Selbstbewusstsein stärken

- Auflösung von Blockaden und falschen Glaubenssätzen

- Frei von Nervosität

1:1 Coaching

- Entspannungstechniken

- Autosuggestion