

SEMINARANGEBOT

ERFOLG IN ALLEN LEBENSLAGEN:

- Privat
- Schule
- Beruf

IHR NUTZEN

- **Gesundheit**, die Basis für privaten und wirtschaftlichen Erfolg
- **Loslassen** von Altem - Neuem offen entgegen gehen
- **Erfolgreich** und **zielorientiert** denken und handeln
- **Inneren** und **äußeren Reichtum** leben und genießen
- **Leben Sie Ihren Erfolg** und sagen Sie dem Stress adieu
- **Persönliche Kraftquellen** entdecken und nutzen
- **Persönliche Lernstrategien** für Schüler und Studenten entwickeln und anwenden

INHALT

- ABC > Arbeitsbewältigungscoaching
- EFT > Emotional Freedom Technique (Akupressur-Klopfen)
- LSB > Lebens- und Sozialberatung
- NLP > Neuro- Linguistisches- Programmieren (anerkannt von DVNLP)
- Mediation > Konfliktlösung (eingetragen im BMJ)
- Supervision > Verschaffen des perfekten Überblicks ...im privaten und wirtschaftlichen Bereich

KOMPETENZ

„Ich kann Menschen nichts lehren. Ich kann ihnen nur helfen, es in sich selbst zu entdecken.“

Galileo Galilei

Ich als Trainerin führe Sie unter diesem Motto an, Ihr eigenes, innerstes Potential zu erkennen und damit Ihren Erfolg mit Spaß, Freude und Begeisterung zu leben.

WEG & ZIEL

Warte nicht auf den Erfolg, sondern verursache ihn!

„Wenn Du tust, was Du immer schon getan hast, wirst Du bekommen, was Du immer schon bekommen hast. Wenn Du das, was Du möchtest, nicht bekommst, solltest Du etwas anderes tun.“

Richard Bandler

„Begeisterungsfähigkeit ist eine der Hauptursachen für Erfolg im Leben!“

Dale Carnegie

COACHING

- Unterstützung zur Entscheidungsfindung (Schule, Beruf, Familie)
- Hilfestellung im Umgang mit Ängsten
- Neuorientierung in Krisensituationen
- Kommunikation mit sich selbst und anderen
- Lösen von Lernblockaden
- Arbeitsbewältigung

SYSTEMISCHE BERATUNG

- Entdecken neuer Möglichkeiten, Antworten und Lösungen
- Unterstützung zur Aufarbeitung belastender Themen
- Systemische Aufstellung
- Organigramme

MEDIATION

- Konflikte in konstruktiver Art bearbeiten
- Gemeinsame Lösungsfindung der Streitparteien

SUPERVISION

- Erweiterung von Möglichkeiten im eigenen Arbeitsfeld
- Zielorientierte Reflexion von persönlichen und strukturellen Grenzen

TRAINING

- Kommunikationstraining
- Organisationsentwicklungsprozesse
- Organisationsaufstellung

IN MEINER ARBEIT VERWENDE ICH UNTER ANDERM ERKENNISSE UND METHODEN DER MODERNEN TIEFENPSYCHOLOGIE, PSYCHOTHERAPIE UND ENERGETISCHEN PSYCHOLOGIE.

LEBENSQUALITÄT

„Die größte Entscheidung des Lebens liegt darin, dass man sein Leben ändern kann, indem man seine Geisteshaltung ändert.“

Albert Schweizer

VERÄNDERUNG GEHT LEICHTER, ALS SIE DENKEN... durch

- Erkennen der eigenen Fähigkeiten
- Finden der eigenen Energiequellen (Ressourcen)
- Herstellen des gegenwärtigen und gewünschten Zustandes
- Entwickeln von „Strategien“ um Vorstellungen zu verwirklichen
- Verbales und nonverbales Sprechen
- Trainieren von Wahrnehmung und Sinnessystemen
- Finden von Lösungen

Menschen, welche mit der Kraft der Begeisterung leben, lernen und arbeiten, sind in Resonanz mit sich selbst und ihrer Umwelt!

RESONANZ

Resonanz ist ein Begriff aus der Physik und besagt, wie örtlich getrennte Gegenstände gemeinsam schwingen können. Die Resonanzmethode zeigt, wie man mit sich und seinem Umfeld in Einklang leben kann. In einem erfolgreichen Orchester spielen unterschiedliche Instrumente in ihrer ureigensten Schwingung und finden gleichzeitig zu einem harmonischen Ganzen.

Die Resonanzmethode ist ein ganzheitliches Modell zur individuellen Sinnsuche und Integration von Fertigkeiten, um erfolgreich, innerlich stark, sicher und ausgeglichen in die Zukunft zu gehen. Die aktuelle Gehirnforschung bestätigt diese Erkenntnisse - die emotionale Intelligenz wird mit der Ratio verbunden, dadurch können bis zu 90% „brachliegender“ Teile des Gehirns aktiviert und nutzbar gemacht werden.

„Erfolgreich sind wir Menschen, wenn wir und unsere Kinder innerlich stark, sicher und ausgeglichen in die Zukunft gehen!“

Gundl Kutschera

GESUNDHEIT AN KÖRPER, GEIST UND SEELE

Verbesserung der work-life Balance
Zufriedenheit im Privatleben und Beruf
Körperliches Wohlbefinden

Alles fängt in Ihrem Kopf an. Sie haben die Freiheit zu wählen...
Sie haben heute, jetzt die Freiheit, sich jedes Ziel zu setzen, das Sie wollen. Sie haben heute die Freiheit jeden Traum zu erwählen den Sie möchten!
„Große“ Menschen werden nicht als solche geboren. Das ist eine Illusion, ein Fehler in der Wahrnehmung. Es sind Menschen wie Sie und ich. Sie haben nur größere Entscheidungen gefällt, einen größeren Traum erwählt!

ERFAHRUNGSWERT

Meine Kindheit und Jugend verbrachte ich größtenteils im elterlichen Bau- und Immobilienbetrieb. Nach meinem Studium der Kunstgeschichte und Archäologie in Innsbruck und Wien und Mitarbeit im elterlichen Betrieb, war ich in der medizinischen Praxis meines Gatten in Bad Ischl bis zu dessen Pensionierung tätig. Somit weiß ich um die Zusammenhänge der Betriebs- und Personalführung bescheid. Seit dem Jahr 2000 arbeite ich in meiner eigenen Praxis als Mentaltrainerin in Bad Ischl. Diese wird ab 2009 nach Innsbruck verlegt.

Als verheiratete Frau und Mutter von vier wunderbaren Kindern kenne ich die Konflikte und Herausforderungen, welche Beziehungen und Kinder mit sich bringen.

STÄRKEN

„Harte Zeiten vergehen, starke Menschen bestehen!“

Meine Stärke liegt darin, Ihnen den Rahmen zu geben, den Sie für die Entwicklung Ihrer Fähigkeiten individuell nutzen können.

- Das Potential Ihrer fünf Sinne bewusst machen und daraus schöpfen
- Zielfindung für Ihren Erfolg
- Blockaden erkennen und abbauen
- Kontaktaufnahme mit Ihrem inneren Reichtum - Ihrem Kraftpotential

Ich würde mich freuen, Sie ein Stück Ihres Weges begleiten zu dürfen!

Elisabeth Wihan.Pümpel

LEBE DEINE
VISION - LOGIK - INTUITION

ENTDECKE UND SPÜRE DEINE INNERE KRAFT

IM PRIVATEN & IM WIRTSCHAFTLICHEN BEREICH

Elisabeth Wihan.Pümpel

Dreiheiligenstraße 17/2 | A-6020 Innsbruck

T. +43 (0) 699 / 108 58 401 | elisabeth@wihan.at

www.wihan.at

ELISABETH **WIHAN.PÜMPEL**
MENTALTRAINING ZU IHREM ERFOLG



Beratung | Training | Coaching | Supervision | Mediation

Kennen Sie Ihr Ziel, so finden Sie auch Ihren Weg!