



# BODYMIND Campus



FINDEN SIE IHRE BALANCE – GANZHEITLICHE GESUNDHEIT FÜR KÖRPER & GEIST

## Seminar Begabung & Entscheidung

**Fähigkeiten erkennen, Motivation stärken, bewusst entscheiden:** Das Seminar unterstützt dabei, eigene Potenziale zu entdecken, mit Krisen umzugehen und Klarheit für Karriere, Wiedereinstieg oder Auszeiten wie ein Sabbatical zu gewinnen.

### Themen

- Begabungsanalyse zur Ausschöpfung Ihrer Veranlagung und Testing der Motivation und Selbstführung
- Erholung aus Sicht der Medizin und Psychologie
- Krisen und Beziehung als Chance
- Neurowissenschaftliche Erkenntnisse zur Ressourcenförderung
- Karrierestart und Wiedereinstieg
- Mental Detox, Sabbatical und Home Office als Weg

## Ihre Vorteile

- ✓ Sie setzen Ihre persönlichen Potenziale durch neuropsychologischen Methoden frei.
- ✓ Sie leben und arbeiten selbstbestimmter und stärken Tag für Tag Ihre Selbstwirksamkeit.
- ✓ Sie fördern Ihre körperliche und geistige Gesundheit ganzheitlich, langfristig und effektiv.
- ✓ Sie nehmen Stressmuster schneller wahr und meistern Stresssituationen durch bewusste Selbstführung.
- ✓ Sie bauen mentale Stärke auf und lernen, bewusster und achtsamer zu leben.
- ✓ Sie entwickeln mehr Resilienz, Gelassenheit und Klarheit für Ihre Arbeit und Ihren Alltag - selbst Stresssituationen werfen Sie nicht mehr aus der Bahn.