

**Auch als  
Inhoustraining  
buchbar.**

**Online-  
training**

# SELBSTFÜHRUNG BEGINNT IM KOPF

**Mit dem richtigen Mindset zum Erfolg**

- Interaktives Format mit hohem Praxisbezug
- im Onlineformat
- für alle, die persönliches Wachstum suchen und ihr Mindset gezielt weiterentwickeln wollen.
- Networking



**329,00 € zzgl. MwSt.**

**Jetzt Platz sichern!**

**„Ein starkes Mindset  
und bewusste  
Selbstführung sind  
keine Zufälle, sie sind  
erlernbar. Dieses  
Seminar zeigt, wie.“ –  
Petra Sobor**

**mit Petra Sobor**  
*Ihre Trainerin für mentale Gesundheit*

## WARUM DIESES SEMINAR SO WICHTIG IST?

In einer komplexen, schnellen Welt braucht es innere Klarheit statt äußere Kontrolle. Wer sich selbst führen kann, bleibt auch unter Druck handlungsfähig und fokussiert.

Ein starkes Mindset wirkt wie ein innerer Kompass für Entscheidungen, Energie und Selbstvertrauen. Selbstführung ist die Basis für gesunde Leistungsfähigkeit, Motivation und persönliche Entwicklung.

Grenzen setzen, Potenziale erkennen und bewusst steuern. Wird zunehmend zur Schlüsselkompetenz.

## INHALTE DES SEMINARS

- Einführung in das Zusammenspiel von Mindset und Selbstführung
- Reflexion der eigenen Haltung und Denkweisen
- Auseinandersetzung mit Einflussmöglichkeiten und Verantwortung
- Stärkung von Motivation, Klarheit und Fokus
- Strategien für Selbstorganisation und mentale Energie
- Impulse für einen bewussteren Umgang mit sich selbst und anderen
- Integration von Körper, Haltung und Wahrnehmung in die Selbstführung

## IHR MEHRWERT AUF EINEN BLICK

- Mehr Selbstklarheit und bewusste Steuerung im Alltag
- Stärkung der mentalen Widerstandskraft und Eigenmotivation
- Effektivere Zielverfolgung durch innere Ausrichtung
- Konkrete Impulse für Alltag und Beruf, direkt umsetzbar
- Nachhaltige Wirkung durch Reflexion, Austausch und Praxisnähe
- Ein motivierendes Seminar mit Raum für persönliche Entwicklung



### **Ihre Trainerin für mentale Gesundheit**

Petra ist unsere Frau für mentale Stärke. Seit 2020 ist sie selbständige Trainerin und unterstützt Menschen in Unternehmen dabei, erfolgreicher, motivierter und entspannter zu werden. Praxisnah, empathisch und klar.