

Mental-Coaching & Zielerreichung

Wie erreiche ich MEINE Ziele und bekomme, was ich WIRKLICH will?

Kursnummer 26M501622

Beginn Samstag, 25.04.2026, 09:00 - 17:00 Uhr

Dauer 1 Termin(e)

Ort VHS im Komed, 637

Dozent Tobias Roth

Kursentgelt 86,00 €

Das Ziel dieses Tagesworkshops ist es, dass Sie Ihre individuellen Ziele klar definieren, Ihr Unterbewusstsein als Motor zur Zielerreichung nutzen und eine Strategie für nachhaltigen Erfolg entwickeln. Entdecken Sie in diesem Seminar, wie Sie Ihre persönlichen und beruflichen Visionen effektiv in die Realität umsetzen können. Von der Kraft des Unterbewusstseins über SMARTe Zielsetzung bis hin zu nachhaltigen Umsetzungsstrategien erlernen Sie praxiserprobte Methoden, um Ihre Ziele klar zu definieren und konsequent zu verfolgen. Durch interaktive Übungen, Selbstreflexion und kreative Visualisierungstechniken entwickeln Sie einen individuellen Aktionsplan, der Sie motiviert und fokussiert auf Ihrem Weg zum Erfolg begleitet.

Das Mental-Coaching zur Zielerreichung wird sich schwerpunktmäßig mit den folgenden Leitfragen beschäftigen:

- Was sind meine wirklichen und wesentlichen Ziele und wie finde ich diese heraus?
- Wie stehe ich zu meinen Zielen? Wie entwickle ich ein Zielerreichungs-Mindset?
- Wie entwickle ich eine Strategie zur Erreichung meiner Ziele?
- Wie entwickle ich wirksame Methode die Zielerreichungsstrategie auch wirklich umzusetzen?

Ziele und Inhalte:

- Verständnis der Mechanik des Unterbewusstseins
- Erlernen von gezielten Veränderungsprozessen
- Kennenlernen der eigenen Ziele und Reality-Check
- Fokussierte Umsetzung der eigenen Ziele
- Techniken zur Visualisierung und Motivation

Dozent: Tobias Roth ist DVNLP-zertifizierter Coach mit langjähriger Führungs- und Coaching-Erfahrung. Er leitet seit 10 Jahren den Marketing-Bereich eines marktführenden IT-Unternehmens, ist Trainer für Führungskräfte und leitet Internationale Führungskräfte-Retreats in Afrika und Südamerika. Sein Schwerpunkt liegt auf der Entwicklung persönlicher Stärken seiner Coachees und die darauf aufbauende Skizzierung eines individuellen, maßgeschneiderten Führungskräfteprofils. Dabei greift er auf bewährte Methoden des NLP, der systemischen Aufstellung sowie auf jahrelange Erfahrung aus der Arbeit mit einer Vielzahl von Coachees und Mentees zurück.

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

25.04.2026 09:00 - 17:00 Uhr VHS im Komed, 637

[zur Kursdetail-Seite](#)