

DIE KRAFT IN DIR

MIT-Tschernitschek™ Privat Institut für Mentalcoaching und Hypnose

Hektik und Stress beherrschen unsere Gesellschaft, in der das Individuum immer weniger Bedeutung hat. Der Mensch eignet sich sein Wissen in den unterschiedlichsten Bereichen an, er weiß Bescheid über die Wirtschaft, über Freunde und Bekannte, über die Probleme auf den Arbeitsplätzen, er belastet sich mit Gedanken und Problemen, die bei näherer Betrachtung gar nicht seine eigenen sind, und vergisst dabei, sich selbst zu erkennen. Er selbst sollte Verantwortung übernehmen und entscheiden, was für ihn gut ist. Er selbst sollte seine Stärken kennen und diese auf das Erreichen seiner Ziele konzentrieren. Er sollte mehr eigene Ideen haben und diese auch konsequent umsetzen. Er sollte sich jener enormen Kraft bewusst werden, die in jedem von uns ruht.

Mentaltraining bietet jenes Werkzeug, welches wir benötigen um diese Kraft zu erkennen und zu aktivieren. Mentaltraining entspricht einem ganzheitlichen Konzept, das die Zusammenhänge von Körper, Geist und Seele berücksichtigt und alle Bereiche des menschlichen Lebens umfasst. Die Lehre dieses Konzepts verknüpft jahrtausendealte Techniken mit den Erkenntnissen der modernen Wissenschaft. Ob Gehirnforschung, Ernährungswissenschaft, Medizin, Verhaltensbiologie oder positive Psychologie, was in den letzten paar Jahrzehnten an Instituten erforscht wurde, beruht auf den alten Techniken asiatischer Philosophien.

Das MIT-Tschernitschek Privat Institut für Mentalcoaching und Hypnose™ (www.mit-tschernitschek.at) bietet anhand dieser Techniken Hilfestellungen in allen Lebensbereichen.

Für jene Menschen, die selbst eine Ausbildung zum Dipl. Mentalcoach und/oder Hypnosepractitioner in Erwägung ziehen, bietet das MIT-Tschernitschek Privat Institut für Mentalcoaching und Hypnose™ eine umfassende zertifizierte Ausbildung mit zahlreichen Weiterbildungsmöglichkeiten (<http://www.mit-tschernitschek.at> Seminarbereich).

MENTALTRAINING AUCH FÜR KINDER

Wir alle trainieren unser ganzes Leben lang mental. Schon im Mutterleib werden Berührungen, Geräusche und Emotionen wahrgenommen. Wir entwickeln unsere Sinne und treten dadurch in Kontakt mit unserer Umwelt. All das wird vom menschlichen Gehirn verarbeitet und zugeordnet – und somit mental trainiert.

In der Kindheit entstehen die Basis des Denkens und jene Verhaltensmuster, die im späteren Leben unbewusst immer wieder wiederholt und dadurch gefestigt in Erscheinung treten. **Kindermentaltraining** dient dazu, auf spielerische Weise neue Einsichten und Verhaltensweisen selbst zu entdecken und zu fördern. **Kinder lernen durch die Bewältigung anspruchsvoller Aufgaben, dass sie ihre Umwelt aktiv beeinflussen**

können. Daraus entwickeln sich gesunde, positive und stabile Persönlichkeiten.

MENTALCOACHING IM SPORT UND IN DER WIRTSCHAFT

Thomas Tschernitschek ist heute als Dipl. Mental- und Hypnosecoach ein verlässlicher Begleiter österreichischer Extrem- und Spitzensportler und ist dadurch über diverse Medien einem breiten Publikum bekannt. Namhafte Unternehmen und Athleten vertrauen auf die Zusammenarbeit mit seinem Institut.

Egal ob Einzelpersonen, Kinder, Manager, Spitzensportler oder ganze Unternehmen; Mentaltraining bietet die Werkzeuge für mehr Selbstvertrauen, Steigerung des Selbstwertes, Stressvermeidung und Burnoutprävention, eine bessere Kommunikation, gezielte Zielsetzung und Zielerreichung, Entspannungstechniken und vieles mehr! ■

Zum Autor:

*Thomas Tschernitschek, Dipl. Mental- und Hypnosecoach, Humanenergetiker, Unternehmensberater
Leiter MIT-Privat Institut für Mentalcoaching und Hypnose
Mariahilferstraße 136/3/11
1150 Wien
<http://www.mit-tschernitschek.at>
info@mit-tschernitschek.at*



DAS Mentalinstitut österreichischer Olympiateilnehmer, Weltrekordhalter und Extremsportler

MIT Mental Institut Tschernitschek™
Privatinstitut für Mentalcoaching und Hypnose

Mariahilferstr. 136/3/10, 1150 Wien
Mobil: +43-676-416 31 11
info@mit-tschernitschek.at
www.mit-tschernitschek.at

„Wer sein Ziel kennt, findet seinen Weg.“

ICF ECA

Thomas Tschernitschek, Dipl. Mental- und Hypnosecoach; Humanenergetiker; Unternehmensberater; lizenzierter Coach der ICF und ECA: „Coaching ist die Wegbegleitung zu einem definierten Ziel. Der Mensch wird in seiner Einzigartigen Individualität erkannt und sich selbst, bzw. seiner Stärken bewusst gemacht. Er steht im Mittelpunkt und erkennt durch gezieltes Coaching die für ihn beste Lösung selbst.“