

Beschreibung der Trainings-Trilogie

In dieser pdf-Version möchten wir Ihnen gerne ein paar Informationen über die Trainings-Trilogie „**Change your Mind – Change your Life**“ zur Verfügung stellen. Weitere Fragen beantwortet mein Team und ich gerne telefonisch, per E-Mail oder in einem persönlichen Gespräch.

Bei der Trilogie handelt es sich, wie der Name bereits verrät, um eine drei-stufige Trainings-Reihe: Das Fundament einer Persönlichkeit wird durch 3 Pfeiler der erlebten Erfahrungen geprägt und getragen.

- 1. Pfeiler: **Persönlichkeit**
- 2. Pfeiler: **Veränderung**
- 3. Pfeiler: **Integration**

Lernen Sie Wege kennen, gewohnte **Handlungsmuster** aufzubrechen.
Erleben Sie, wie Sie nachhaltig in die gewünschte **Veränderung** gehen können.
Erfahren Sie, wie der Weg in die Veränderung seine **Wirkung** entfalten kann.

Kurz zu meiner Person:

Ich, Peter Schließmann, Jahrgang 1964, habe vor 28 Jahren das Unternehmen Tour extrem training + event GmbH gegründet, in dem ich auch heute noch als Geschäftsführer tätig bin. Während der gesamten Zeit habe ich mich intensiv mit beruflichen und privaten Veränderungsprozessen beschäftigt. Als zertifizierter Changemanager und systemischer Berater verfüge ich heute über ein breites Wissensspektrum und großen Erfahrungshorizont in diesem Bereich, von dem ich sowohl in zahlreichen Unternehmen, zuletzt als Interimsmanager bei Polaris Germany und Vorstandsvorsitzender der Vital AG profitieren konnte als auch in der Persönlichkeitsentwicklung und in Coachings für Privatpersonen.

Die Erfahrungen der letzten zwei Jahrzehnte meiner unternehmerischen und privaten Verantwortung wären mit Sicherheit anders verlaufen, hätte mir nicht auf besondere Weise die **indianische Kultur** einen sehr intensiven Spiegel meiner Gedanken, meiner Worte, meines Verhaltens und damit meines Lebens vorgehalten. Durch jahrzehntelange Erfahrung mit der indianischen Kultur sowie der intensiven Beschäftigung mit dauerhaften Veränderungsprozessen im unternehmerischen und privaten Kontext habe ich immer wieder tiefgreifende Veränderungen bei mir und bei anderen eingeleitet, begleitet und integriert. Die angewandten Methoden decken sich in vielerlei Hinsicht mit dem Wissensstand der Gehirnforschung. So habe ich erfahren, dass das Wissen der nordamerikanischen Ureinwohner **verblüffende Parallelen** mit den aktuellen Erkenntnissen der **Neurowissenschaften** zeigt.

Aktuelle Studien der Neurowissenschaften und zahlreiche Forschungen beweisen, dass riesige Mengen ungenutzter **Potenziale** in uns verborgen sind. Nach einem mehrjährigen Studium der Neurowissenschaften und der intensiven Beschäftigung mit der **Gehirn- und Bewusstseinsforschung** ist mit der neuen Seminarreihe „**Change your Mind - Change your Life**“ ein lang ersehntes Projekt Wirklichkeit geworden!

CHANGE YOUR MIND CHANGE YOUR LIFE

Worum geht es genau?

„**Change your Mind – Change your Life**“ ist eine Einladung an Sie, Ihr Potenzial zu erkennen, freizusetzen und zu nutzen. Bei der Trilogie geht es jedoch weniger darum, sich selbst zu verändern, sondern eher darum, Sie selbst zu werden! Der, zu dem wir auf dem Weg zu unseren eigenen Zielen werden, bestimmt unser Glücksgefühl, und nicht allein die erreichten Ziele. Und je mehr Sie darüber wissen, wer Sie wirklich sind, was Sie lieben, was Sie ablehnen, was Sie begeistert, wovor Sie Angst haben, was Sie zurückhält und was Sie nach vorne treibt, umso leichter fällt es, ein Leben nach den eigenen Vorstellungen zu leben.

Zentrale Fragen sind hierbei:

Was steuert und bestimmt die Qualität unseres Lebens?

Was hindert uns daran, voran zu kommen/ den für uns richtigen Weg zu gehen?

Warum tun wir das, was wir tun?

„**Change your Mind – Change your Life**“ bietet einen Raum für (Selbst-)Erfahrungen, wie sie im Alltag selten möglich sind. Diese Erfahrungen dauerhaft zu integrieren, damit Sie diese jederzeit für Herausforderungen in Ihrem Leben nutzen können, ist unsere Absicht.

Dies gelingt durch Erfahrungsmöglichkeiten auf unterschiedlichen Ebenen – kognitiv, emotional und intuitiv.

Dabei wird ein breites Spektrum an Themen angeboten: Selbst-Fremdbild, Persönlichkeit, Lebensrad, Werte, Wahrnehmung und Intuition, Wege ins Unterbewusstsein, Natur-erleben, Gruppendynamik, Bewusstsein und Absicht, Wissenschaftliche Erkenntnisse der Neurowissenschaft (spannend und verständlich durch multimediale Ergänzung aufbereitet), indianische Rituale und als ein zentraler und bei unseren Teilnehmern sehr geschätztes und besonderes Element: das Schwitzhüttenritual nach der Lakota-Tradition.

Ergänzende Workshops während der Trilogie:

Ergänzt wird das Seminar mit morgendlichen 1-stündigen Workshops, die für jeden frei wählbar sind oder in der Gruppe beschlossen werden. Das Angebot ist freiwillig und reicht vom morgendlichen Sportprogramm in der unberührten Natur, Yoga-Übungen, Morgen-Meditation, Atemübungen oder Thai-Chi.

Struktur der Trainings-Trilogie:

Wie bereits erwähnt, gibt es drei Module/Pfeiler:

Persönlichkeit → Veränderung → Integration

Hier geht es zunächst darum, die individuellen Persönlichkeitsstrukturen herauszuarbeiten. Bei dem zweiten Pfeiler werden Veränderungsprozesse der Teilnehmer eingeleitet und bei dem dritten Pfeiler erfolgreich und nachhaltig in die weitere Lebensplanung integriert.

CHANGE YOUR MIND CHANGE YOUR LIFE

Die Pfeiler bauen aufeinander auf und finden jeweils im Abstand von ca. 4-6 Monaten statt. Zu jedem Themenbereich gibt es ein viertägiges Seminar/Training in den französischen Vogesen. Eine Beschreibung des Seminarortes finden Sie auf unserer Homepage (www.changeyourmind-changeyourlife.de) unter „Seminarzentrum“. Die Einhaltung dieses Ablaufes ist sehr wichtig, da die einzelnen Trainings sehr genau aufeinander abgestimmt und daher in dieser Reihenfolge sinnvoll sind.

Commitment

Wer an der Trainings-Trilogie teilnehmen möchte, ist herzlich zu einer Kick-Off-Veranstaltung eingeladen. Die Kick-Off-Veranstaltung findet ebenfalls wie die einzelnen Pfeiler am Seminarstandort in den französischen Vogesen statt. Sie dient dem ersten Kennenlernen der Gruppe, des Trainerteams und der Trainings-Inhalte. Hier werden zentrale Themen bearbeitet und ein Einblick in alle drei Pfeiler gegeben. Die Teilnahme an der Kick-Off-Veranstaltung ist die Voraussetzung für die Teilnahme an der Trainings-Trilogie. Denn nur so kann sichergestellt werden, dass die Erwartungshaltung der Teilnehmer an die Trilogie erfüllt werden kann.

Teilnehmerstimme, Kick-Off-Veranstaltung

„Es ist für JEDEN, ob jung oder alt, ob Topmanager(in) oder Familienmanager(in) eine großartige Erfahrung, bei der jeder etwas für seinen Alltag mitnehmen kann. Wir haben wahrscheinlich alle nur dieses eine Leben, also sollten wir anfangen, das zu tun, was uns am Herzen liegt. Dabei hilft dieses Seminar und ist deshalb eine Investition für das Glück im Leben!“ (Laura, Studentin, 19 Jahre)

Die Anmeldung

Um sich für die Kick-Off-Veranstaltung anzumelden oder weitere Fragen zu klären, bitten wir Sie um eine kurze Mitteilung per Telefon **06182 9219122** oder per E-Mail **info@cym-cyl.de**.

Wir freuen uns, Sie kennenzulernen,

mit herzlichen Grüßen,



Peter Schließmann & Team