

# Mentaltraining

## PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Sie sind, was Sie aus sich machen!  
Bestimmen Sie Ihre Lebensumstände oder bestimmen die Umstände Sie?

Mentaltraining ist eine äußerst wirksame und erprobte Methode, mit der Sie sich aus der Gedankenfalle befreien können und vom problemorientierten Denken ins lösungsorientierte Denken kommen. Mentaltraining basiert auf der Kraft unserer Gedanken und Vorstellungen, die Sie bewusst und unbewusst positiv, aber auch negativ nutzen. Jede/r kann lernen, bewusst Ursachen zu setzen, um ein bestimmtes, erwünschtes Ziel zu erreichen. Führungskräfte und namhafte Persönlichkeiten aus Wirtschaft, Politik, und Wissenschaft nutzen mentale Techniken, um zielgerichtet und höchst effizient ihren Erfolg zu gestalten. Mit Hilfe der mentalen Techniken sind Sie in der Lage, Ihre Potentiale und Fähigkeiten zu nutzen, Ihre Persönlichkeit zu entwickeln, Wünsche und Ziele Realität werden zu lassen und Ihre Gesundheit zu kräftigen. Sie können überholte Glaubenssätze und Denkmuster lösen und frei von alten Lasten Ihr Leben neu zu gestalten. Mentaltraining ist leicht zu erlernen und in jeder Lebenssituation gewinnbringend einsetzbar.

Schwerpunkte der Ausbildung:

- Zielverwirklichung
- Selbstmanagement
- Persönlichkeitsentwicklung
- Psychosomatik
- Kommunikation auf allen Ebenen: pädagogisches Sprechen, Mimik, Gestik, Ton
- Glücksforschung
- Trainerausbildung: Gruppenführung, Motivation
- Konfliktbewältigung
- Supervision
- Wahrnehmung
- Suggestion, Affirmation
- Sprechen und Präsentieren

Mit dem Seminar erhalten Sie die fachliche Kompetenz, um Mentaltrainings-Seminare, Coaching von Einzelpersonen und Gruppen und Selbstmanagement anzubieten.

Zielgruppe: Heilpraktiker/innen für Psychotherapie, Psychologische Berater/innen, Coaches, Psychologen/innen, Heilpraktiker/innen und sonstige am Thema interessierte Berufsgruppen.

Termine:

**Do. 27.08.2026**

**Fr. 28.08.2026**

**Sa. 29.08.2026**

**So. 30.08.2026**

**Mo. 31.08.2026**

**Do. 17.09.2026**

**Fr. 18.09.2026**

jew. 10:00-18:00 Uhr  
weitere Unterrichtstermine  
unter [paracelsus-schulen.ch](http://paracelsus-schulen.ch)

Preis:

**1990,- CHF \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Grünhaldenstrasse 6  
8050 Zürich  
Tel. 043 9602000**

Seminarnummer:

**SSH7092270826**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 043 96 09 015
- Web: [paracelsus-schulen.ch](http://paracelsus-schulen.ch)
- per QR:

