

Úspech je zvyk

Keď chcete dosiahnuť, čo ste ešte nikdy nedosiahli, musíte často robiť to, čo ste ešte nikdy nerobili. Musíte zmeniť, čo robíte denne - Vaše zvyky.



Tento jedinečný workshop, prvýkrát otvorený pre verejnosť, Vás naučí stratégie, ktoré boli prístupné len špičkovým managerom, lídrom a profi svetovým hráčom.
Teraz máte možnosť sa ich naučiť aj vy.

Súčasťou workshopu bude:

- Anatomia zvyku - ako fungujú zvyky
- Tvorba a návrh osobného systému na produktivitu v čomkoľvek
- Prečo 21-denný systém zvykov, ktorý sa bežne učí, nefunguje?
- Ako naše emócie ovplyvňujú zvyky a prečo ak "neovládáte" svoje emócie, žiadny systém na prekrastináciu alebo tvorbu zvykov nikdy nebude dlho fungovať?
- Ako raz pre vždy zmeniť "pravidlá", ktoré sú v pozadí tvorby zlozvykov?
- Ako naša práca na primárnej otázke súvisí s našimi zvykmi a ako ju raz pre vždy "prepísať"?
- Prečo máme problém dodržiavať nové zvyky a prečo 88% ľudí, ktorí majú novoročné predsavzatia ich nikdy nedosiahnu a po pár týždňoch "zídu z cesty"? Čo s tým robiť?
- Metódy zvyšovania disciplíny - ako na to, keď mám problém s disciplínou?
- Prečo zapracovávanie nových zvykov do dňa často nefunguje a prečo rutiny zvyku fungujú niekoľkonásobne lepšie? Ako tvoriť svoje vlastné rutiny zvykov?
- Aké sú tzv. kľúčové zvyky, ktoré automaticky, bez toho aby ste robili čokoľvek iné, spustia okamžité zlepšenie v mnohých ďalších oblastiach?
- a oveľa oveľa viac

13.06.2015 - PARKHOTEL ČINGOV www.cingov.sk
10:00 - 13:30 /s coffe break prestávkou (registrácia 9:30 - 10:00)

Ing. Radek Šefčík - je elitný PEAK PERFORMANCE COACH a stratég svetovej asociácie IMGCA s viac ako 14 ročnou praxou v oblasti coachingu. Pracuje so svetovými športovcami, špičkovými profi teamy a reprezentantmi z viac ako pätnástich športov, riadiacimi pracovníkmi ale aj širokou verejnosťou. Organizuje aj workshopy na tému - úspech nie je náhoda, bariéry rastu, budovanie sebadôvery, strach zo zlyhania, koncentrácia pod tlakom a mnoho ďalších. Je tvorca jedinečného FORA úspechu / na webe www.coach4life.sk / a úplne nového coaching produktu www.videocoach.sk - unikátneho produktu zameraného na osobný rozvoj a dosahovanie svojich ložiskových cieľov. Viac info o jeho činnosti nájdete aj na webe www.mentalcoach.sk či facebookovom profile. (Peak performance coach / Strategist)

Info o cene: coach@mentalcoach.sk alebo telefonicky +421 918 800 693