



Lieber Leser,

heute erscheint die erste Ausgabe meines Newsletter 2020. Und es gibt auch gleich aktuell wieder über einige Neuigkeiten zu berichten.

Nachdem ich im Jahr 2015 meine Ausbildung zum zertifizierten Mentaltrainer abgeschlossen habe, war es das natürlich noch nicht, um die Worte von Uli Hoeneß in einer anderen Bedeutung zu verwenden.

Im Jahr 2019 habe ich eine weitere Zusatzausbildung zum **PERSÖNLICHKEITSTRAINER** begonnen und nun erfolgreich beendet, um mein Repertoire für die Sportler und Menschen welche zu mir kommen zu erweitern.

Gegenüber der Mentaltrainerausbildung war die Ausbildung zum Persönlichkeitstrainer mit ca. 800 Seiten Lehrmaterial wesentlich geringer im Umfang. Es hat sich jedoch gelohnt, denn in dieser Qualifikation sind wertvolle Bausteine enthalten, welche mein bisheriges Fachwissen weiter bereichert hat.

Das erworbene Zertifikat werde ich in Kürze auf meiner Homepage einstellen und veröffentlichen.

Nachfolgend möchte ich euch über ein paar Möglichkeiten zur Tätigkeit des Persönlichkeitstrainers vermitteln und welchen Nutzen dies auch für euch haben kann.

Ich wünsche euch eine gute Zeit.

Es grüßt dich

*Roland Schiffner*

## Was macht ein Persönlichkeitstrainer und welchen Nutzen können Sie dadurch haben?

Ich würde die Tätigkeit in drei größere Bereiche aufteilen.

### 1. Die eigene Persönlichkeit

Sie erfahren, sich mit sich selbst zu befassen und erarbeiten sich grundlegende Eigenschaften ihres eigenen Persönlichkeitsprofils. Ich zeige Ihnen, wie Gefühle, Bedürfnisse und Motive ihr menschliches Handeln be-

stimmen. Ich zeige Ihnen Stärken aus- und Schwächen abzubauen, die Grundlage für mehr Selbstbewusstsein.

### 2. Beziehungen zu anderen Menschen

Sie lernen die Umgebung aufmerksam wahrzunehmen und verbessern somit Ihre Menschenkenntnis. Dadurch werden Vorurteile abgebaut. Dabei erfahren Sie Wissenswertes zu den Themen Intelligenz und Lernen und in welchem Zusammenhang dieses Thema zum ERFOLG steht. Ein wichtiger Schwerpunkt kann auch das Kennenlernen der Methodik erfolgreicher Gesprächsführung und die Technik des „aktiven Zuhörens“ sein. Dazu kommen die Spielregeln für das Zusammenleben mit anderen Menschen (Privat und Beruf) und welche Dynamiken Gruppen entwickeln können. Einblicke in Konfliktsituationen und deren Lösungsmöglichkeiten sind weitere interessante Aspekte in allen Lebensbereichen.

### 3. Zielbestimmung und berufliche Aspekte

Hier wird Ihnen Ihr persönlicher Weg zum Erfolg definiert. Die Zieldefinierung im privaten wie auch beruflichen Bereich lässt Strategien für Ihre Zukunft erkennen und zeigt Möglichkeiten und deren Umsetzung auf. Tipps zur Karriereplanung und der Überblick über wichtige Schlüsselqualifikationen in Ihrem Leben sind weitere Inhalt des Coachings.

Gute Kommunikation und Körpersprache, sicheres Auftreten und Selbstbewusstsein sind wichtige Elemente im Leben.

Sie selbst sind für sich verantwortlich. Sie selbst haben es in der Hand erfolgreicher zu sein. Sie selbst können immer weiter dazulernen um im privaten und beruflichen Bereich Ihr Wissen zu ergänzen und dadurch besser mit Menschen zusammen zu arbeiten und zusammen zu leben.

Niemand anderes als Sie selbst entscheiden, was Sie tun, wie Sie es tun, und was dabei heraus kommen wird. Wer Ziele vor Augen hat und einen „roten Faden“ verfolgt, wird seine Ziele erreichen.

Ich wünsche es Ihnen und sage tschüss bis zum nächsten Newsletter.

