

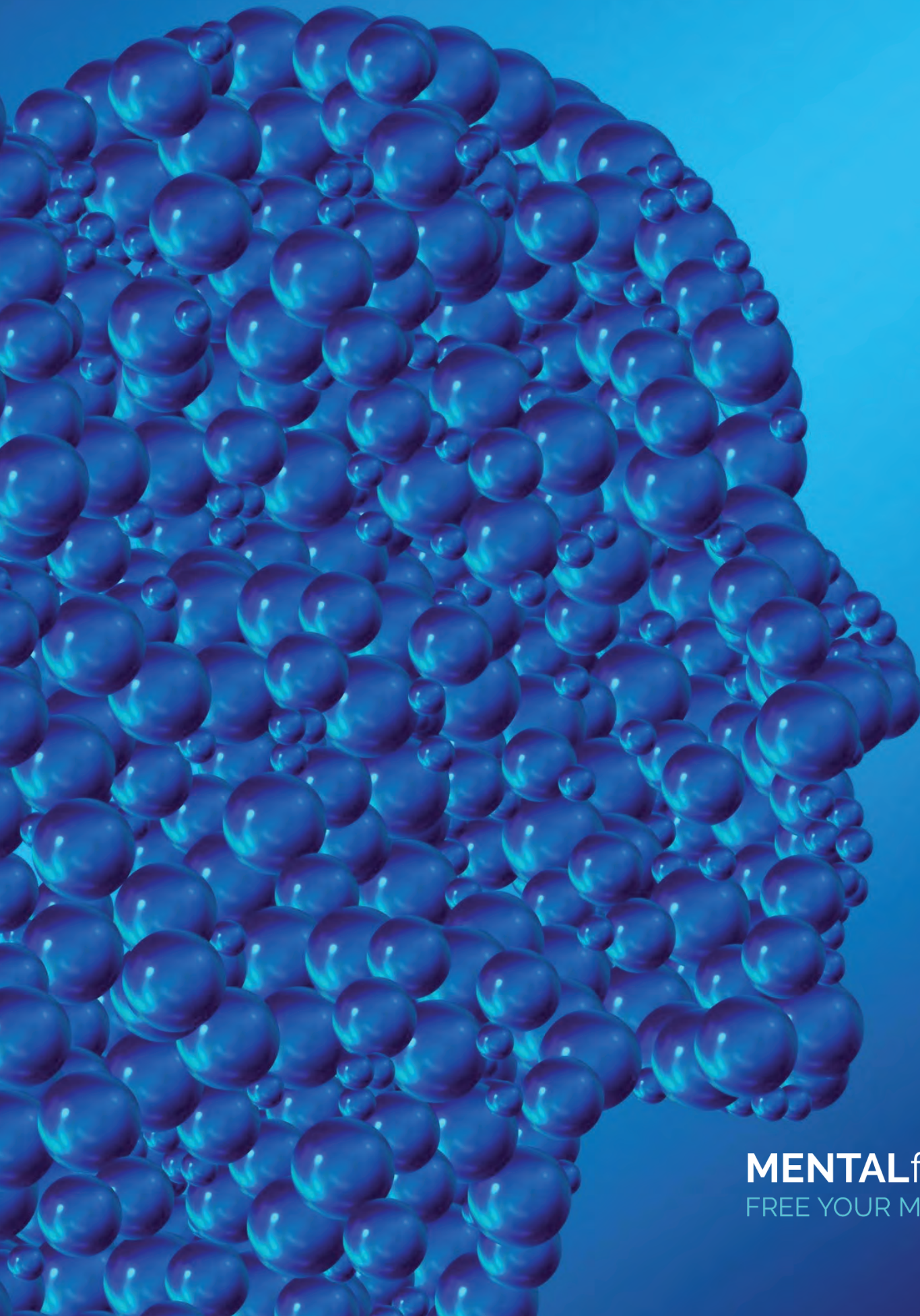
MENTALfrei®  
FREE YOUR MIND

MENTALES WACHSTUM FÜR VERÄNDERUNG IM BUSINESS

# WIR HANDELN WIE WIR DENKEN

UNSERE LEISTUNG UND UNSER VORHANDENES  
POTENZIAL WIRD NUR DURCH DIE ART WIE WIR DENKEN REDUZIERT.

---



**MENTAL**frei®  
FREE YOUR MIND

# POTENZIAL ENTFALTEN

Wir alle werden durch unser Umfeld seit unserer Kindheit beeinflusst. Hinzu kommen Erfahrungen im Leben und Einflüsse aus den Medien. Zusammen macht uns das zu dem Menschen, der wir sind.



**Wir nehmen das, was wir denken,  
als Wahrheit an und handeln  
entsprechend.**

Stress und Hektik gehörten früher zu meinem Leben dazu, wie der Glaube nur dadurch Leistung bringen zu können. In den Zeiten der New Economy gab es nur höher, schneller und weiter für mich. Später als einer der drei

besten Verkäufer bei Canon in Deutschland zählten nur Termine und Umsatz. Während der Wirtschaftskrise 2009 waren Erfolge als Vertriebs- und Marketingleiter ein Muss.

Nach einigen Jahren auf der Überholspur fehlte mir die Leichtigkeit. Die Arbeit wurde zum Kampf für mich. Meine Leistung fiel ab und ich wurde öfter krank, als früher.

Mein Kopf war leer und mein Körper war erschöpft. In diesem Moment beschloss ich meine persönliche Veränderung.

Mentalcoaching unterstützt Führungskräfte Mitarbeiter effektiv zu führen, dem Vertrieb Umsätze zu erhöhen, Nervosität vor Vorträgen abzubauen und gestressten Mitarbeitern Ruhe zu finden. Ohne geistige oder körperliche Erschöpfung. Spitzensportler haben die Wirkung von Mentalcoaching schon lange erkannt. Sie als Unternehmen können das jetzt auch nutzen.

**Dirk Krause**

Mental- und Businesscoach

## DISCOVER YOURSELF

Es ist erstaunlich was wir über uns erfahren, wenn wir uns mit uns selbst mental beschäftigen.

Falsche Glaubenssätze und Blockaden hindern uns oft daran unser Potenzial zu entfalten.

Coaching  
Workshops  
Seminare  
Vorträge

Wenn wir bereit sind uns selbst zu verändern,  
werden sich neue Möglichkeiten eröffnen.  
Privat und im Beruf.

# {100}

# MILLIARDEN NERVENZELLEN



## Unser Gehirn ist ein gigantisches Netzwerk mit einem riesigem Archiv an Informationen

Alles was wir erleben oder sehen wird von unserem Gehirn verarbeitet. Bei Bedarf greift unser Gedächtnis auf diese Informationen zu. So fahren wir beispielsweise mit dem Auto zur Seite, wenn wir ein Martinshorn eines Krankenwagens hinter uns hören. Unser Gehirn erkennt dieses Geräusch und gibt uns die Information: "Achtung, zur Seite fahren." Wir handeln

ohne nachzudenken danach. Genauso verhält es sich, wenn wir gestresst sind, uns unsicher fühlen oder der Meinung sind nicht zu einem höheren Preis verkaufen zu können. Unser Gehirn gibt uns einen Impuls und wir führen eine Handlung aus. Das geschieht unbewusst, wie unsere Atmung oder der Herzschlag. Wir nehmen das als normal für uns hin.

In der Kommunikation mit Menschen fühlen wir uns von manchen verstanden und von anderen nicht. Verschiedene Wertesysteme führen zu Missverständnissen in Gesprächen. Wenn wir die Sprachmuster anderer nicht verstehen, behindert uns das in Verhandlungen oder Mitarbeitergesprächen. Mentalcoaching kann in diesen Bereichen unterstützen.

**MENTALfrei**<sup>®</sup>  
FREE YOUR MIND

## FALSCHER GLAUBENSsätze UND BLOCKADEN KÖNNEN DAUERHAFT GELÖST WERDEN

Gesunde Leistungssteigerung, weniger Stress und eine bessere Kommunikation

# MENTALE VERÄNDERUNG

Menschen kommunizieren und handeln nach ihren eigenen Wertvorstellungen und Glaubenssätzen. Oft stehen wir uns aber genau damit selbst im Weg. Wir treten auf der Stelle bei der Karriere oder schaffen es als Führungskraft nicht unsere Mitarbeiter abzuholen.

Stress, Druck und Nervosität können Begleiter in unserem Beruf sein. Burnout-Prävention, werteorientierte Mitarbeiterführung, Erfolg im Beruf oder verkaufpsychologische Kommunikation sind einige Beispiele bei denen wir von MENTALfrei<sup>®</sup> Menschen und Unternehmen begleiten.

- Business Coaching
- Mentale Verkaufspsychologie
- Kommunikationstechniken
- Mitarbeitermotivation
- Stressmanagement
- Burnoutprävention
- Mitarbeiterführung
- Frei von Lampenfieber
- Teamkommunikation



**NEUE DENKWEISEN GEBEN  
NEUE IMPULSE UND DAMIT EINE  
POSITIVE VERÄNDERUNG**

dirk krause: MENTALfrei<sup>®</sup>  
Hauptstraße 2a  
24321 Tröndel

Telefon:  
04381-2049888  
0172-5106604

E-Mail:  
mentalfrei@dirkkrause.de

Web:  
www.mentalfrei.de