

Das Besondere

sycomind®-Konzepte eröffnen Ihnen Ihr unbewusstes Wissen und Können und machen es nutzbar. So können Sie unter anderem...

- ✓ innere Kraftquellen nachhaltig mobilisieren,
- ✓ körperliche Prozesse verstehen und beeinflussen,
- ✓ Entspannung und Achtsamkeit entwickeln,
- ✓ emotionale Prozesse erkennen und nutzen,
- ✓ Wohlbefinden und Zufriedenheit steigern.



Der Intensiv-Workshop vermittelt Ihnen dazu erste Grundlagen. Sie erhalten Anregungen, Ihre individuellen Strategien zu entwickeln und beugen so Burnout wie Stress wirksam vor.

Melden Sie sich an:
040 – 86 62 37 42
www.sycomind.de

Wer?



Thomas R. Schopf

- Approbation als Arzt,
- Psychotherapeut in privater Praxis,
- Gründer des Zentrums für angewandte Hypnose in Norddeutschland,
- breite Erfahrung als Hypnosystem-Coach® und Berater in Psychosomatik, Medizin, Sport, Kultur, Wirtschaft wie Politik.

↳ im Team **mit kompetenten Partnern** aus Coaching, Beratung und Therapie.

Kontakt

sycomind®

Thomas R. Schopf
Hasenhöhe 126
22587 Hamburg

info@sycomind.de
www.sycomind.de
Fon: 040 – 86 62 37 42
Fax: 040 – 86 62 37 39

*Because we know what a mind can do
if it is a sycomind®.*



Dem Burnout vorbeugen

Wohlbefinden und
Zufriedenheit steigern.

Intensivworkshop
unter ärztlicher Leitung

*Because we know what a mind can do
if it is a sycomind®.*

Der Workshop

Teil 1:

Der Intensiv-Workshop vermittelt Ihnen medizinisch-psychologisches Basiswissen zu Stress und seiner Bewältigung.

- ✓ Burnout und Stress: Begriffsklärung, Ursachen und Wirkungen.
- ✓ Selbstorganisation als Schlüssel zum Verständnis und zur Lösung.
- ✓ Was ist Motivationsmanagement?
- ✓ Entspannungstechniken, ein Überblick.



Teil 2:

Der Intensiv-Workshop vermittelt Ihnen zudem erste hypnosystemische Strategien für mehr Zufriedenheit und Wohlbefinden.

- ✓ Eine Kostprobe auf den Weg: Eine „Tüte Ruhe für zu Hause“.
- ✓ Sinn als ordnendes Element im Leben – den inneren Kompass entwickeln.
- ✓ Gesunde Stressbewältigung: Zurück zu Genuss und Leichtigkeit.

Burnout

„Burnout“ ist auf dem besten Weg zur Volkskrankheit. Viele Menschen fühlen sich ausgebrannt und überfordert. Dabei hat Burnout nicht nur negativen Einfluss auf Sie selbst, sondern schadet auch Ihrem gesamten Umfeld.

Lassen Sie es nicht soweit kommen.

Nutzen Sie unsere effektiven Methoden und beugen Sie wirksam vor!

Work-Life-Balance

Der Begriff der Work-Life-Balance ist ein Versuch, das Burnout-Problem zu lösen: das eigene Leben in ein gesünderes Gleichgewicht zu bringen.

Was wirklich hilft und wie Sie Ihr **unbewusstes Wissen und Können nutzen**, um wirkungsvoll vorzubeugen, erfahren Sie in unserem Intensiv-Workshop.

Selbstmanagement

Nutzen Sie unsere Methoden und entwickeln Sie ihr eigenes Konzept– im wertschätzenden Kontakt zu sich und Ihrer Umwelt.

**Ihren nächsten Intensiv-Workshop
über 4,5 Std. finden Sie hier:
www.sycomind.de/workshops
040 – 86 62 37 42**

Wofür sycomind® steht:

Unsere Konzepte eröffnen Ihnen Wege, Ihr Denken, Fühlen und Handeln im Sinne Ihrer gesunden Ziele zu optimieren:

Freude und Leichtigkeit.

Wir vermitteln Ihnen das Know-How, Ihr intuitives Wissen und Können freizulegen. So erreichen Sie Ihre Ziele mit größerer Effizienz und Leichtigkeit.

Nachhaltigkeit.

Bringen Sie Ihre Ziele in Übereinstimmung mit tieferen, im Unbewussten liegenden Motiven. So erreichen Sie auch bislang schwer erreichbare Ziele – dauerhaft.

Autonomie und Authentizität.

sycomind® bietet Ihnen den Rahmen, aus dem heraus Sie Ihre *eigenen* Lösungen entwickeln. So entwickeln Sie Selbstwirksamkeit und Zufriedenheit.

Wissenschaftlich fundiert.

sycomind®-Konzepte verbinden moderne wissenschaftlich fundierte Theorien mit bewährten Methoden und wirksamen Mentaltechniken.

So entwickeln Sie Ihren „sycomind“ und bringen Ihr Potential zur vollen Entfaltung.

**Erfahren Sie mehr:
www.sycomind.de**