

„Mit weniger Stress zu mehr Verkaufserfolg“

Stress ist laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) eine der größten Gesundheitsgefahren für die Menschheit des 21. Jahrhunderts.

Speziell im Vertrieb gehören Stress und Belastungen zum Alltag - genau wie Kundengespräche und Aufträge.

Ständige Erreichbarkeit, eine Vielzahl von Kontakten zu Kunden, Kollegen und Vorgesetzten, Arbeiten unter hohem Zeitdruck, hohe Leistungsanforderung und ambitionierte Zielsetzungen. Und das alles mit permanenten Störungen aus dem Umfeld.



Faktoren, die sich nachweislich auf die Gesundheit und Leistungsfähigkeit auswirken. Häufige Stressreaktionen sind:

- Nacken- und Kopfschmerzen
- Müdigkeit und Lustlosigkeit
- Verlust an Kreativität und Konzentration
- Verschwommenes Sehen und Schwindel

Auf viele der externen Stressoren haben Sie kaum Einfluss. Aber auf Ihre persönliche Stresskompetenz schon.

„Stressfrei Verkaufen“ – Das „1-2-3-Intervall-Training“

1 Ziel = Stressreduzierter und erfolgreicher Verkauf

2 Experten = Heidrun Link (Gehirnfitness) und Dirk Görner (Verkauf Energiewirtschaft)

3 Säulen = instrumentelle, mentale und regenerative Stresskompetenz

Mit unseren Trainings und Coachings bauen Sie Ihre Stresskompetenz auf und bekommen Ihren persönlichen Stress in den Griff. Sie erhalten Kenntnisse darüber was Stress ist, wie er entsteht und welche Folgen Stress hat auf Sie und wie Sie die drei Säulen der Stresskompetenz aufbauen.

Mehr Stresskompetenz stärkt Sie bei:

- der Bewältigung der Anforderungen im Vertrieb und selbstwirksame Alltagsgestaltung
- mentale Stressbewältigung mit konstruktiven Gedanken und Einstellungen
- Regeneration und Aufladen der Energiereserven

Ziel ist ein gesunder Umgang mit Belastungen des Alltags und somit der dauerhafte Erhalt von persönlicher Leistungsfähigkeit.

„Kopf und Körper sind immer eine Einheit. Das gilt bei Spitzensportlern genauso wie bei den Athleten im modernen Hochleistungs-Vertrieb.“

Wir unterstützen Sie beim Aufbau Ihrer Stresskompetenz gezielt durch Methoden, die auch im Spitzensport eingesetzt werden.

✓ **LINK MOVES® Gehirnfittesstraining**

Durch gezielte körperliche Bewegungsübungen werden bestimmte Gehirnareale angesprochen, befeuert und vernetzt. Bereits kurze Trainingseinheiten bieten Ihnen schnell die Möglichkeit, Stress abzubauen, die Konzentrationsfähigkeit zu erhöhen und Denkblockaden aufzulösen. Ein außergewöhnliches Training, das auch zur Burnoutprävention eingesetzt wird. Weitere positive Nebenwirkungen sind:

- Stressabbau
- Motivations- und Leistungssteigerung
- Verbesserte Lern- und Konzentrationsfähigkeit
- Förderung von lösungsorientiertem Denken

