

V Praze, únor 2016

KURZ MENTÁLNÍHO TRÉNINKU – REFERENCE

To se nedá popsat, to se musí zažít, napadla mě obratem známá fráze, když jsem byl požádán autory kurzu o napsání reference na kurz Mentálního tréninku. Těžko totiž v pouhých pár větách popsat to, čím vším je tento kurz specifický a zajímavý.

V první řadě mi kurz dal prostor zvláštním a netradičním, ale vlastně zábavným způsobem přemýšlet o celkem vážné věci – mém dosavadním životě jak pracovním, tak osobním. Stres, velké pracovní vytížení, neuspokojivá životospráva, to vše mě čím dál častěji vedlo po "čtyřicítce" k úvahám nad potřebou změny. Pohříchu však zůstávalo víceméně pouze u těchto úvah. Intenzivní zážitek z kurzu mi však umožnil dát překvapivě rychle věci do pohybu a začít se soustředit na podstatné a důležité nejen v práci, ale i běžném životě.

Mohu proto vřele doporučit všem, kteří se chtějí zbavit svých vlastních omezení a otevřít si dveře do světa nových příležitostí osobního rozvoje. Jde sice o pouhé dva dny, které možná život od základu nezmění, ale tomu, kdo chce, umožní pohnout s ním správným směrem.

Velký dík patří všem lektorům za perfektní přípravu kurzu a vytvoření skvělé atmosféry!

MUDr. Tomáš Holohlavský
Obchodní ředitel
Lexum a.s.