



6. Tagung Mentales Stärken vom 02.11.-05.11.2023

Coaching, Mentales Training, Auftritt coaching, Sporthypnose, Personalentwicklung uvm

&

9th World Congress on Mind Training for Excellence in Sport&Life

(Sonderpreis bei Anmeldung bis 15.11.2022)

**Sehr geehrte Kolleginnen und Kollegen,
liebe Tagungsteilnehmerinnen und -teilnehmer der bisherigen Tagungen,**

Dies ist die erste Einladung zum 6. Kongress Mentales Stärken, der zugleich der 9th World Congress on Mind Training for Excellence in Sport&Life sein wird.

Als ich Anfang 2006 Lars-Eric Unestahl als Referent zu ersten Tagung Mentales Stärken nach Heidelberg einlud, habe ich ihm meine Idee erklärt Coaching und Mentaltraining für Sportler, Business, Künstler, Politiker bis hin zu Schülern und Studenten auf einer Konferenz zusammenzubringen. Ich wusste von Lars-Eric, dass er 1969 den Begriff Mentales Training geprägt hat, den heute alle benutzen. Lars-Eric reagierte sehr erfreut und teilte mir zu meiner Überraschung mit, dass er bereits über 15 Jahre vorher dieselbe Idee hatte und bereits mehrere internationale Konferenzen dazu veranstaltet hat. Dann ergänzte er, dass er zwischenzeitlich auf das Thema „Excellence“ in Sport&Life fokussiere.

Hier ein Ausschnitt aus seiner damaligen Email:

After 12 years in ISSP (Intern. Society of Sport Psychology and after organizing the World Congress in Sport Psychology 1985 I felt that there had become a gap between theory and practice and that it was a need for a new organisation Thus, in connection with the world congress in Singapore 1989 I invited to a meeting in Malaysia. We were 70 people from more than 20 countries and during that week we created ISMTE - International Society for Mental Training and Excellence. Based on the Swedish Society we created 4 sections of applications (In other countries Mental Training was only related to Sport)

1. Sport and Performing Arts
2. School and Education
3. Business and Public Administration
4. Health and Clinical areas

As the founding President I organized the first World Congress in Örebro 1991, the next one was in Ottawa with Terry Orlick as President, 1979 Salt Lake City (Keith Henschen) and 2003 St Petersburg (Pavel Bundzen). The next one will be in 2007 in Malaysia or 2008 in China close to Olympic Games.

Danach war ich auf mehreren dieser von Lars-Eric organisierten Konferenzen in Peking China, Pristina Kosovo und Gavle Schweden. Er hat mich später auch zu einem speziellen von ihm organisierten Symposium auf der Weltkonferenz der Sportpsychologen in Peking eingeladen.

Lars-Eric ist ein immer junger Visionär. So hat er es mit einer Rede im schwedischen Parlament geschafft, dass Mentaltraining in Schweden als Schulfach unterrichtet wird.

Seinen dynamischen Vortrag auf der 1. Asiatischen Konferenz im Iran 2019 können Sie nach einer Registrierung auf www.therapie.tv sehen.

Viele sagen, dass sie meine internationalen Kontakte bewundern. Das mag sein, dass ich recht gut vernetzt bin. Was Sport-, Business- und Künstler-Coaching angeht hat Lars-Eric das weitaus bessere Netzwerk. Er ist einfach ganz von Anfang an und immer noch voll aktiv dabei.

Wer ein typisches Programm von Lars-Erics Konferenz sehen will – das von seiner letzten Konferenz ist immer noch online.

<https://www.wcecongress.com/>

Auch auch www.mentalesstaerken.de stehen Programm unserer früheren Tagungen noch im Netz.

2023 also erstmalig Mentales Stärken plus die Weltkonferenz der internationalen Gruppe um Unestahl zusammen auf einer Konferenz.

Wer den Wal hat, hat die Qual

Das heisst Lars-Eric und sein Team und das Rottweiler Team werden in einer Art von Best of Mentaltechniken (BOM) ein besonderes Programm erstellen.

Es wird eine angenehme und erträgliche Qual sein, aus der Fülle der nun zur Verfügung stehenden ReferentInnen auswählen zu dürfen.

Schon vor dem Einmarsch der Russen hatte ich mit einer ehemaligen ukrainischen Spitzensportlerin einen besonderen Hauptvortrag vereinbart. Viele UkrainerInnen zeigen seit Monaten besondere mentale Stärke. Mal sehen wie wir das in unsere Tagung einbauen können. Wir alle hoffen, dass wir es bis zu unserer Tagung immerhin das Kriegsgeschehen aus der Rückschau reflektieren können.

MentalesStärken. Nein – das ist kein Schreibfehler. Wir haben von Anfang an die Doppelbedeutung im Sinn gehabt: Mentale Stärke(n) auf der einen Seite, die zweite Bedeutung sollte der Vorgang sein: Mentales stärken. Ich erinnere mich noch an die langen

Diskussionen und Sitzungen mit der hervorragenden Graphikerin Martina Schrenk und den Diskussionen, wie man ein Logo entwickeln kann, das ein sS – das erste steht für das S am Ende von „Mentales“ und das zweite für den Anfangsbuchstaben von „Stärken“ – darstellt ohne geschichtlich falschen Assoziationen zu wecken. Es gab sehr viele Entwürfe, bis Martina Schrenk dann in einer kreativen Sternstunde das Logo unserer Tagung vor dem inneren Auge hatte und es genial realisierte.

Unsere Tagung 2023 wird wieder wie bisher Mentaltechniken für Sport, Business und für KünstlerInnen thematisieren. Einige wenige unserer ReferentInnen haben auch Erfahrung im Coachen von Top-PolitikerInnen. Andere sind spezialisiert auf das Coachen und Unterstützen von StudentInnen und SchülerInnen in schwierigen Situationen, in denen es manchmal in einer letzten Prüfungschance um Alles oder Nichts geht. Das Spektrum reicht bis hin zur Rehabilitation. Generell geht es darum, wie man sein Leistungspotential voll realisieren und umsetzen kann und wie man sein Leistungsvermögen zurückgewinnt, wenn man es über eine Krankheit/Verletzung oder durch eine psychische Krise verloren hat.

Die Idee, Coaches, BeraterInnen, TrainerInnen etc. aus diesen verschiedenen Bereichen zusammenzubringen und sich über Leistungsoptimierung und „Mentale Stärke“ auszutauschen, findet bei TeilnehmerInnen wie ReferentInnen großen Anklang. Auch die Presse stieg auf unser Tagungsthema ein. So berichtete beispielsweise „Der Spiegel“ 2007 in der Tagungswoche im Wissenschaftsteil mit einem mehrseitigen Artikel zu diesen Themen mit Bezug auf unsere Tagung.

Die 6. Tagung wird neben Altbewährtem auch wieder viel Neues bieten.

Die rund 70-80 geplanten ReferentInnen aus der ganzen Welt sind überwiegend ExpertInnen, die die Hypnotherapie des legendären amerikanischen Psychiaters Milton Erickson für ihre eigenen Arbeitsgebiete in Medizin, Psychotherapie aber auch Pädagogik oder Rehabilitation fortentwickelt haben. Sie haben den Wert dieser innovativen Konzepte, Prinzipien und Techniken für das Coachen von ManagerInnen, TrainerInnen, SportlerInnen, KünstlerInnen etc. entdeckt. Sie werden auf dieser Tagung ihre innovativen Konzepte überwiegend in 3-stündigen praxisorientierten Workshops und ausgewählten Vorträgen darstellen.

ReferentInnen, Programm und Tagungsidee

Themen und Schwerpunkte der MentalesStärken Tagungen:

- Mentales Training und Selbshypnosetraining im Sport
- Kompetenz- und Persönlichkeitsentwicklung in Wirtschaft und Politik
- Potentialentfaltung von Organisationen

- Coaching
- Performanceverbesserung in künstlerischen Berufen
- Leistungsumsetzung in Schule und Studium
- Wiedererlangen alter Leistungsstärke in der Rehabilitation
- Mentale Stärke – in schwierigen Zeiten (Corona, Krieg)

Die ReferentInnen der bisherigen Tagungen sind längst angeschrieben. Die meisten haben sich bereits zurückgemeldet. Viele arbeiten mit bekannten Sportlern, Künstlern und Führungskräften in Wirtschaft und Gesellschaft. Zusätzlich gibt es die Möglichkeit sich als Referent oder Referentin zu bewerben, mehr dazu unter **www.mentalesstaerken.de**. Bis Ende des Jahres sammeln wir noch spannende Beiträge und stellen ein vielfältiges und hochkarätiges Programm für Sie zusammen. Sie dürfen auch gerne neue ReferentInnen vorschlagen oder diese auf unsere Tagung aufmerksam machen.

Wer sich einen Eindruck über die drei bisherigen Tagungen verschaffen will - auf www.mentalesstaerken.de liegen noch die Programme von 2014, 2011 und 2007 zum Stöbern bereit. Dort kann man mehr erahnen, was einen schließlich auf dem Kongress erwartet. Durch den Doppel-Kongress wird es nochmal interessanter und es wird auch etwas mehr englischsprachige Workshops und Vorträge geben.

Über die Zusammenarbeit mit der Gruppe um Lars-Eric Unestahl erwarten wir mehr internationale ReferentInnen und TagungsteilnehmerInnen. Die Mehrzahl der Workshops wird wie bisher deutschsprachig sein.

Als Tagungsmotto hatten wir früher mal „**Führend – in schwierigen Zeiten**“ . Nach und während und mit Corona plus unerwartetem Krieg mitten in Europa können wir „Mentale Stärke in schwierigen Zeiten“ nehmen.

Tagungsort – Würzburg

Nachdem Heidelberg die Stadthalle umbaut und wir nach 30 Jahren aus unserem „Wohnzimmer“ und Hauptstandort vertrieben wurden, haben wir Würzburg als neuen Standort gewählt. Würzburg wurde kurz vor Ende des 2. Weltkrieges stark zerstört. Seine historische Altstadt galt als eine der schönsten in Europa. Vieles wurde wieder restauriert. Die Residenz – auf die wir vom Tagungszentrum blicken – war eine der drei ersten deutschen Baudenkmäler im UNESCO-Weltkulturerbe.

A) Wir danken meinem Würzburger Psychologen-Kollegen Dr. Stefan Oschmann, der uns beim Umzug mit Rat und Tat unterstützt hat. Er ist der Begründer des größten und bekanntesten Afrika-Festivals in Europa, das jedes Jahr in Würzburg stattfindet (www.africafestival.org). Stefan hat früher auch regelmäßig Paartherapie-Tagungen in Würzburg organisiert und kennt dort wirklich alles: die Hotels, die Restaurants, zusätzliche Locations, falls wir sie brauchen, und vor allem: Er kennt alle wesentlichen Leute und arbeitet mit ihnen seit Jahrzehnten zusammen.

B) Sehr gute Erreichbarkeit

Würzburg ist mit den meisten Verkehrsmitteln (Bahn, Auto, Flugzeug, FlixBus, etc.) sehr gut erreichbar, von allen Teilen Deutschlands aus. Auch von Österreich sind die Wege kürzer als nach Heidelberg. Die Schweizer KollegInnen haben dafür etwas längere Wege. Würzburg hat wirklich eine herausragende zentrale Lage in Deutschland, wie man an den Fahrzeiten mit der Bahn leicht sehen kann:

Berlin 3:52 Std. , Hamburg 3:26 Std.

Frankfurt HBF 1:02 Std. , Frankfurt Flughafen 1:20 Std.

München HBF 2:13 Std., Heidelberg HBF 2:17 Std., Freiburg HBF 3:32 Std.

Wien 5:07 Std., Leipzig Hbf 2:32 Std., Köln Hbf 2:30 Std.

Die Flughäfen Frankfurt und München haben eine exzellente Anbindung an Würzburg, was für unsere internationalen Referenten wichtig ist. Nürnberg ist dazu auch noch in der Nähe. Direkt am Hauptbahnhof von Würzburg gibt es auch eine große FlixBus-Station. Der Hauptbahnhof ist nur 800m vom Kongresszentrum entfernt.

C) Das Kongresszentrum bietet uns von den Räumlichkeiten her mehr Möglichkeiten als die Stadthalle Heidelberg. Die Anzahl der parallel zu nutzenden Räume ist größer (wir müssen also voraussichtlich keine Räume in der Umgebung mehr hinzumieten, lange Laufwege entfallen.)

Das Kongresszentrum liegt in der Innenstadt und direkt am Fluss. Viele Hotels in allen Preisklassen sind gut zu Fuß zu erreichen. Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die gerne sehr kurze Wege haben möchten, können sich ein Zimmer im direkt mit dem Kongresszentrum verbundenen Maritim Hotel nehmen. Dazu gibt es sehr gute Restaurants mit dem hervorragenden fränkischen Wein.

Das Feedback für die Stadt Würzburg plus Konferenzzentrum der TeilnehmerInnen der Kindertagung 2019 war ganz hervorragend.

Es gibt für unsere Kunden vorab – noch bevor der erste Flyer erscheint – für eine kurze begrenzte Zeit einen besonderen Frühbucherpreis, der gegenüber dem normalen Frühbucherpreis nochmals reduziert ist. **Dieser Preis gilt nur bis zum . Juli 2022.**

Kulturprogramm

Unser Freund Helge Heynold, Dramaturg und über Jahrzehnte beim Hessischen Rundfunk für Unterhaltung zuständig, hat uns lange Zeit mit unglaublich tollen Programmen unserer Kabarett- Galas beglückt. Helge ist jetzt im Ruhestand aber hilft uns beratend. Außerdem gibt es wie immer ein tolles Tagungsfest mit Musik und Tanz.

Wir haben natürlich wieder bestes Herbstwetter bestellt.

SONDERPREIS: 395 € bis 15. November

Es gibt für unsere Kundinnen und Kunden vorab – noch bevor es einen ersten Flyer gibt – für eine kurze begrenzte Zeit einen besonderen Frühbucherpreis in Höhe von € 395,- (inkl. MwSt.), der gegenüber dem normalen Frühbucherpreis nochmal reduziert ist.

Warum?

Mit diesen frühen Anmeldungen helfen Sie uns bei der Organisation und sorgen gleichzeitig für eine bessere Tagung.

Wie geht das?

Zum einen: Je früher wir die Anmeldungen haben, desto mehr Zeit bleibt uns in der heißen Phase im Vorfeld, uns auf eine gute Organisation konzentrieren zu können. Wir können die Anmeldungen lange vorab in Ruhe bearbeiten. Wir ahnen darüber auch früh die Größenordnung der Tagung und können z.B. den einen oder anderen zusätzlichen Tagungsraum besorgen. Damit konnten wir weitere sehr gute ReferentInnen motivieren, auf die Tagung zu kommen. Attraktive ReferentInnen haben oft zu viele Anfragen, aber eine wirklich große Tagung plus die Reputation des Feldes ist dann doch reizvoll. Wir haben noch einige Anfragen an weitere hochkarätige ReferentInnen am Laufen – und immer mal wieder die eine oder andere kühne Phantasie, wer bei uns sprechen könnte. Mit diesen frühen Anmeldungen helfen Sie uns bei der Organisation und sich, in dem Sie am Schluss für weniger Geld eine noch attraktivere Tagung haben werden.

Also deswegen:

Weniger bezahlen und mehr bekommen. Nicht zu vergessen ist auch, dass manche Tagungen wie „Reden reicht nicht“ oder die letzte „Kindertagung“ schon Monate vorher komplett ausverkauft waren. Es kann sich also lohnen, sich frühzeitig einen Platz zu sichern.

Wie bringt man Gott zum Lachen – erzähl Deine Pläne

Ob es zu dieser Zeit immer noch oder wieder Corona-Auflagen geben wird kann im Moment niemand wissen. Von daher wissen wir auch noch nicht, ob es eine reine Präsenz-Tagung wie früher sein wird oder ob wir z.B. den großen Saal zusätzlich in einem Live-Stream anbieten. Im Moment planen wir mit einer Live-Veranstaltung und freuen uns viele nach langer Zeit endlich wieder live and alive wiederzusehen.

Youtube-Channel zu „MentalesStärken“

Auf der 3. Tagung Mentales Stärken 2014 hatten wir ein kleines Studio eingerichtet und einige ReferentInnen der damaligen Tagung live interviewt.

Die Videos wurden geschnitten und in thematische Einzelvideos geteilt. Dabei haben wir

eher diejenigen interviewt, zu denen wir sonst unter dem Jahr keinen Kontakt haben. Andere ReferentInnen haben wir auch dann in Rottweil interviewt.

Die Videos von „Mentales Stärken 2014 “ sind unter:
<https://www.youtube.com/user/mentalesstaerken>

Auf dem Instituts-Channel „meg-rottweil“ <https://www.youtube.com/user/megrottweil> sind die Videos, bei denen es stärker um psychotherapeutische Inhalte geht. Dort finden sich bereits etliche Interviews. Wir hatten Ende 2014 eine weitere kleine Tagung mit 300 TeilnehmerInnen zum Thema Ego-State Therapie in Rottweil. Einige der ReferentInnen wie Eva Pollani und Jochen Peichl haben wir hierbei interviewt und auch auf dem Youtube- Channel verfügbar gemacht. Auf der Teile Tagung 2015 fanden zudem weitere Interviews – unter anderem mit Legenden wie Philip Zimbardo - statt. Man kann unsere Channel auch abonnieren und dann werden Sie benachrichtigt, sobald neue Videos hochgeladen werden.

Anmeldung zu „MentalesStärken“

Sie können sich online oder per Post/Fax (siehe beigelegtes Anmeldeformular) anmelden. Für die Online Anmeldung auf www.mentalestaerken.de gibt es einen 5 Euro Online-Rabatt. Wenn Sie sich online anmelden, können Sie per Bankeinzug (nur von deutschem Konto) oder Überweisung zahlen. Bei Anmeldung per Post/Fax ist nur Bezahlung per Überweisung möglich.

Mit herzlichen Grüßen aus dem Schwarzwald

