

Bleibt der Papa jetzt immer so entspannt?

02.02.2023, 15:25 | Persönlichkeitsentwicklung, Bewusstsein & Spiritualität

Pressemitteilung von: *NEMETH TRAINING + COACHING*

Presseagentur: *Nemeth Training + Coaching*

ANDREAS NEMETH

MINDCHANGE

Selbstoptimierung – Good Bye!



Coache Dich mit Empathie und Wertschätzung zu
innerer Balance, Glück und Erfolg

+ 25 Potenzial-Checks zum Download

Nemeth Training + Coaching

„Bleibt der Papa jetzt immer so entspannt?“ Mit dieser Frage beginnt das neue Buch "Mindchange: Selbstoptimierung – Good bye!" von Andreas Nemeth.

Als praktische und handliche Begleitung soll das Buch „Mindchange: Selbstoptimierung - Good bye!“ von Autor Andreas Nemeth ein Begleiter für unterschiedliche Lebenslagen sein. Das seit Februar 2023 erhältliche Coachingbuch des erfahrenen Motivations-Coachs basiert auf bewährten Strategien, die durch das Feedback seiner Coachingklienten und neue Erkenntnisse der Hirnforschung bereichert wurden. Zudem soll das konzentrierte Format den Lesern eine effektive Grundlage für das Coaching der eigenen Persönlichkeit schaffen – zu jeder Zeit an jedem Ort.

Für seine Coaching-Klienten und seine treue Leserschaft ist der Autor, Coach und Trainer Andreas Nemeth feste

Inspirationsquelle und erster Ansprechpartner in Sachen, Coaching und Potenzialentwicklung. Nach zahlreichen Buchveröffentlichungen erscheint im Januar 2023 sein Coachingbuch „Mindchange: Selbstoptimierung Good bye!“ mit 25 Potenzial-Checklisten, die man mit dem im Buch enthaltenen QR-Code auch kostenlos downloaden kann. Sein mittlerweile elftes Werk baut auf den zahlreichen Erfahrungen aus seinen Potenzial-Coachings auf.

Wie entkomme ich dem Selbstoptimierungswahn?

Das Buch liefert Antworten auf diese und folgende Fragen. Wie fühle ich mich nicht mehr vom Alltag aufgefressen, sondern energiegeladen und ideenreich? Wie schaffe ich es, mit den Herausforderungen im Beruf und im privaten Lebensbereich souverän umzugehen? Wie wandle ich Herausforderungen in neue Chancen um? Für Menschen, die sich solche oder ähnliche Fragen stellen, ist dieses Buch mehr als eine inspirierende Lektüre.

Spagat zwischen Selbstoptimierungswahn und entspannter Potenzialentwicklung

Potenzialentwickler und Bestsellerautor Andreas Nemeth ist es mit diesem Coachingbuch gelungen, den Spagat zwischen dem Abschied vom Selbstoptimierungswahn hin zur persönlichen, wertschätzenden Potenzialentwicklung aufzuzeigen. In seinem aktuellen Werk zeigt Andreas Nemeth auf, wie der Leser mit Empathie und Wertschätzung gegenüber der eigenen Person, den persönlichen Stärken und ganz besonders gegenüber den persönlichen Unzulänglichkeiten einen Zugang zu seinem Potenzial findet. Aufgrund der individuellen Beispiele aus dem Berufs- und Privatleben profitieren Manager*innen, Unternehmer*innen, Mitarbeiter*innen oder Privatpersonen gleichermaßen von diesem Coaching-Workbook.

25 Potenzial-Checklisten zum kostenlosen Download

Dank der Potenzial-Checks, die den Leser*innen zum Download angeboten werden, ist es für jeden ein Leichtes, seinen persönlichen Mindchange spielerisch herbeizuführen. Das Ergebnis ist ein Leben voller Leichtigkeit, innerer Balance, gepaart mit persönlichen Glücks- und Erfolgsmomenten.

Das 140 Seiten umfassende Buch erscheint im Februar 2023 unter der ISBN-13: 9783944638171 im N-E-W Verlag.

Erhältlich ist es in allen Buchhandlungen und im Online-Shop von Nemeth Training + Coaching unter folgender Adresse: <https://shop.nemeth-training.de/produkt/mindchange-selbstoptimierung-good-bye>

Weitere Informationen zum Autor und seinen Leistungen sind auf der Homepage <https://nemeth-training.de> zu finden.

Portrait

Potenzialentwickler und Kommunikationstrainer Andreas Nemeth – Gründer des Trainingsinstitutes Nemeth Training + Coaching –, gehört seit Jahren zu den bekannten Coaches, Motivationsexperten und Fachbuchautoren im deutschsprachigen Raum.

Mit seinen Jabalance Potenzialtrainings betreut Andreas Nemeth Unternehmen in den Bereichen Leadership, Kommunikation und Motivation. Die Basis der Jabalance Potenzialtrainings bilden die Jabalance-Potenzialprinzipien, das Nemeth-Kommunikationsmodell und die Jabalance Pro-Aktiv-Strategie. Ziel dieser Trainings ist es, Menschen dabei zu unterstützen, sich ihrer oftmals unentdeckten Potenziale bewusst zu werden und diese zu entfalten.

Zahlreiche Unternehmen nutzen die Expertise von Nemeth Training + Coaching, um mit der von Andreas Nemeth propagierten Kommunikationskultur auf Augenhöhe, die Leistungsfreude und Lebensfreude der Mitarbeiter zu erhöhen.

In seinen Büchern zeigt Andreas Nemeth Wege auf, ein glückliches, selbstbestimmtes Leben in Balance zu führen.

News-ID: 1240145 • Views: 789 (Stand: 01.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1240145/Bleibt-der-Papa-jetzt-immer-so-entspannt.html>