

## **PAKET 1:**

### **ERFOLGREICH FÜHREN UND LÖSUNGSORIENTIERTE DENKWEISEN**

#### **Seminar A = Erfolgreiches Führen – SelbstSICHER**

##### **Achtsamkeit, Erfolgsdenkweisen und Strategien zur Leistungssteigerung**

- SelbstBEWUSSTER Umgang mit sich und den Mitarbeitern
- Erfolgreiche Führungsstile
- Achtsamkeits- und Meditationsübungen
- Psychologische Grundbedürfnisse
- Flow erleben und erkennen
- Strategien für Leistungssteigerung

#### **4 Lebens-Energie-Quellen**

- Körper: Körpersprache
- Verstand: Bewusstsein – Unterbewusstsein
- Emotionen: Emotionale Intelligenz
- Seele: Sinnerfülltes Leben

#### **Seminar B = Lösungsorientiertes Denken – SelbstGESTALTER**

##### **Positive Einstellung und Erfolgsstrategien**

- Positive Grundeinstellung ist der Schlüssel zum Erfolg
- Eine Wachstums- und Erfolgsdenkweise
- Der Gedanke ist nur ein Gedanke
- Positive Glaubenssätze
- Erkennen von alten und blockierenden Mustern
- Positive Erfahrungen füttern die Einstellung

#### **4 Lebens-Energie-Quellen**

- Körper: Bewegung / Regeneration
- Verstand: Wahrnehmung
- Emotionen: Negative & Positive Emotionen
- Seele: Leben aus der eigenen Mitte

