

PAKET 3: ENTFALTE DEIN VOLLES POTENZIAL UND FOKUSSIERUNG

Seminar E = Entfalten Sie Ihr volles Potenzial – SelbstBESTIMMT

- Der 360° Rundumblick
- Belastung – Entspannung; Superkompensation
- Das Zusammenspiel, Verstand & Emotionen
- Der ideale Leistungsstand
- Dein tägliches Emotionsbarometer
- Das Gästehaus

4 Lebens-Energie-Quellen

- Körper: Das Prinzip der Minimalkonstanz
- Verstand: Modell der Potenzialentfaltung
- Emotionen: Das Positivitätsverhältnis
- Seele: Das innere Gleichgewicht

Seminar F = Fokussierung – SelbstVERANTWORTUNG

Sinnfindung, Wertebasis und Zielerreichung

- Was ist Ihnen wirklich, wirklich, wirklich wichtig?
- Welche Werte haben Sie am Start?
- Welchen Fußabdruck möchten Sie auf dieser Welt hinterlassen?
- Erfolgstheorien
- Ziele benennen, erreichen und feiern
- Das PÖSITIV Modell

4 Lebens-Energie-Quellen

- Körper: Gesund alt werden
- Verstand: Leistungsfähig sein und eine positive Grundeinstellung leben
- Emotionen: Emotionen zeigen
- Seele: Ein erfülltes Leben

