

challenge yourself!

Ihr Coach für erfolgreiches personal-change-management

Ausgabe 01/07

Herzlich willkommen,

zur ersten Ausgabe Ihres Coachs für Persönlichkeitsentwicklung und erfolgreiches Zukunftsmanagement.

Wir sind der Ansicht, dass das wertvollste, was Sie auf dieser Welt besitzen können, die Kontrolle über Ihr eigenes Leben ist! In unseren Coaching-Briefen wollen wir Sie daher systematisch mit verschiedenen Methoden persönlicher Veränderungs- und Entwicklungsmöglichkeiten vertraut machen. Unser besonderes Augenmerk werden wir dabei auf die drei besonders zukunftsrelevanten Kernbereiche Kommunikation, emotionale Intelligenz und mentale Strategien richten.

Endlich fürs Leben lernen

„ Alles was Du in der Schule gelernt hast ist Bödsinn“



Auch wenn Sie diesen Anspruch von Orson Welles zunächst als ziemlich provokativ empfinden werden: Seine Äußerung enthält in der Tat mehr als nur ein Fünkchen Wahrheit. Nun, es ist natürlich richtig, dass Ihnen die nachfolgenden Informationen ohne die Fähigkeit zu lesen, auch nicht sonderlich weiterhelfen würden. Doch erinnern Sie sich einmal an Ihre Schulzeit zurück:

Wieviel von dem dort erworbenen Wissen haben Sie zwischenzeitlich bereits wieder vergessen, ohne dass Ihnen dieser Wissensverlust jemals schmerzhaft aufgefallen wäre? Auf der anderen Seite: Hat Ihnen in der Schule jemals irgendjemand beigebracht, wie Sie echten Herausforderungen systematisch begegnen können? Hat man Ihnen gezeigt, wie Sie wirkungsvoll Ihre Gefühle und Stimmungen unter Ihre Kontrolle bringen wie Sie sich zum Handeln motivieren können und etwas einmal Begonnenes auch bis zu Ende bringen? Diese Liste ließe sich noch endlos fortsetzen. Das in der Schule vermittelte Wissen hat sich in aller Regel auf sogenanntes „enzyklopädisches Wissen“ beschränkt. Wir dagegen werden Ihnen mit unseren coaching-Briefen profundes Wissen anbieten. Was wir darunter genau verstehen, lesen Sie auf der nächsten Seite.

Wie sieht das eigentlich bei Ihnen im Moment so aus? Alles im Lot auf Ihrem Boot - alles in Butter auf dem Kutter? Wer bestimmt eigentlich wirklich über Ihre persönliche Lebensqualität? Leben Sie schon-„oder werden Sie noch gelebt“?

Entweder Sie planen Ihr Leben selbst, oder Sie bekommen es von anderen verplant

-so einfach ist die ganze Sache!

Unsere **state-mission** lautet daher nicht ohne Grund:

INCREASING HUMAN POSSIBILITIES !

Ihre Bereitschaft vorausgesetzt, wollen wir Sie mit wirksamen Techniken, Strategien und Methoden auf Ihrem ganz persönlichen Weg zur Spitze ein Stück weit begleiten.



Lesen Sie in dieser Ausgabe:

Profundes Wissen - oder: endlich fürs Leben lernen !

“Die größte Lüge der Welt ...“

Paradigmen: -Ihre Bilder von der Welt

power fängt im Kopf an !

Ein Versprechen vorab: wenn Sie unsere Seiten nicht nur zum Zeitvertreib lesen, sondern Ihr neu erworbenes Wissen in Ihrem Alltag anwenden, wird Ihr Leben schon bald gewaltig an Qualität gewinnen. Sie werden unter anderem:

- besser mit sich selbst umgehen
- Ihre Ziele leichter und schneller erreichen

Techniken, Strategien und Methoden für mehr persönliche Lebensqualität

challenge yourself!

Ihr Coach für erfolgreiches personal-change-management

Ausgabe 01/07

- mehr Zeit für das Wesentliche gewinnen
- Konflikte erfolgreicher bewältigen
- über deutlich mehr Energie verfügen
- schlechte Gewohnheiten ablegen
- Ihre Intuition nutzbringend einsetzen lernen
- Ihr Potential und Ihre Kreativität entwickeln und entfalten lernen

kurzum:

Ihre Lebensqualität dauerhaft spürbar verbessern! Beachten Sie in diesem Zusammenhang jedoch bitte folgendes: Der Erfolg jeder auch noch so wirksamen Strategie liegt immer in der Häufigkeit Ihrer Anwendung



Eignen Sie sich mit Hilfe unserer Coaching-Briefe profundes Wissen an. Was wir darunter verstehen?

Ganz einfach: Profundes Wissen besteht in jeder Fähigkeit, Technik, oder Strategie, die dazu geeignet ist, Ihre Lebensqualität sofort und nachhaltig zu verbessern!

Der Begriff des lebenslangen Lernens (life-long-learning) hat längst eine völlig neue Bedeutungsdimension erfahren.

Neben Ihrem Fachwissen, (dessen Halbwertszeit in einem immer schnelleren Tempo abnimmt) sowie Ihrer Bereitschaft zum Lernen und Arbeiten in Netzwerken, werden künftig vor allem Ihre sogenannten **futurekills** über Ihre weitere Lebensqualität bestimmen. Zu diesen zählen neben den Faktoren wie Ihrer emotionalen Intelligenz und sozialen Kompetenz, vor allem Ihre professionell entwickelten Kommunikationsfähigkeiten, sowie ein hohes Maß an persönlicher Flexibilität, Kreativität, sowie ein ausgeprägtes Talent zum gekonnten Selbstmarketing.

Edelgard Bulmann, die Ex-Ministerin für Bildung und Forschung erkannte einmal ganz richtig: „Neben den Wissenserwerb müssen zunehmend die Vermittlung von Wertvorstellungen, die Entwicklung von neuen Kompetenzen, Haltungen und Verhaltensweisen, sowie die Befähigung zur Nutzung vorhandener Erfahrungen und Informationen treten. Wir hoffen, Sie haben verstanden, um was es uns geht. Wenn Sie Ihren guten Vorsätzen sofort Taten folgen lassen wollen, bieten wir Ihnen neben unseren Coaching-Briefen auf unserer Internetseite unter mehr als reichlich Gelegenheit dazu.

Darüber hinaus haben Sie dort die Möglichkeit von den Vorteilen echten personalcoachings zu profitieren.

So nun aber genug der Vorrede: Lassen Sie uns gleich zu Beginn mit **„der größten Lüge der Welt“** aufräumen!

95% der Menschheit lässt sich von Ihr leiten, ohne sich dessen bewusst zu sein.

Hier ist sie:

„In einem bestimmten Moment verlieren wir die Macht über unser Leben, und es wird dann vom Schicksal gelenkt. Das ist die größte Lüge der Welt“

(... aus „Der Alchimist“ von Paulo Coelho)

In anderen Worten formuliert, können Sie es auch wie folgt ausdrücken:

Dilletanten vergeuden die Möglichkeiten Ihres Lebens in dem unsinnigen Glauben, dass äußere Umstände und Ereignisse Ihre Lebensqualität bestimmen

In Wirklichkeit sind es aber nicht mehr als genau drei Entscheidungen, mit denen Sie Ihre Lebensqualität selbst bestimmen (lernen) werden: Sie beeinflussen maßgeblich was Sie wahrnehmen, wie Sie sich fühlen, wie Sie reagieren und wie Sie durch Ihre Handlungsmuster sowohl Ihr eigenes als auch das Verhalten anderer steuern können.

Diese drei Entscheidungen bestimmen darüberhinaus, ob es Ihnen gelingt, Ihr Leben wirklich nach Ihre eigenen Vorstellungen zu leben, oder ob Ihre Lebensqualität durch den Einfluss anderer auf Sie bestimmt wird.

challenge yourself!

Ihr Coach für erfolgreiches personal-change-management

Ausgabe 01/07

Damit Sie Ihr Leben selbst in die Hand nehmen können, ist es daher notwendig, dass Sie für sich wirklich überzeugende Antworten auf die drei nachfolgenden Fragen finden:

1. welche Bedeutung schenke ich welchen Ereignissen und Dingen ?
2. worauf will und werde ich mein Denken und Handeln künftig konzentrieren ?
3. was bin ich wirklich bereit zu tun, um die von mir beabsichtigten Ziele oder gewünschten Ergebnisse auch zu erreichen ?

Durch welche Einflußfaktoren Ihr Entscheidungssystem im einzelnen gelenkt wird und wie Sie es unter Ihre Kontrolle bringen werden erfahren Sie in den nächsten Ausgaben von **challenge yourself**, sowie auf unseren Internetseiten unter:

www.☺☺☺☺☺☺☺.de

Paradigmen

Ihre Bilder dieser Welt:

Starten wollen wir jedoch zunächst mit der Frage, welche Bedeutung Sie welchen Ereignissen und Dingen schenken, bzw. bis heute geschenkt haben. Diese Frage steht in einem engen Zusammenhang mit Ihrem persönlichen Weltbild, Ihren Werten, Normen, Überzeugungen, sowie Ihren Glaubensprinzipien. Lassen Sie uns also Ihre Paradigmen ein wenig genauer betrachten: Das Wort **Paradigma** beschreibt Ihre vorhandenen

Bilder von der Welt. Der Begriff ist in der Wissenschaft beheimatet und wird heute überwiegend dafür verwendet, um Modelle, Theorien, Wahrnehmungen oder Annahmen zu bezeichnen. Er basiert auf der Erkenntnis, dass es sich bei der Art, wie Sie die Welt sehen, um etwas sehr Subjektives handelt.

Um Ihnen die ganze Sache etwas anschaulicher zu machen, betrachten Sie bitte einmal die nachfolgende Zeichnung etwas genauer:



Beantworten Sie anschließend die nachfolgende Frage:

Was haben Sie auf dem Bild erkannt ? Ihre Antwort lautet: „Eine Frau“? Gut - nicht, dass Sie meinen wir wollen Sie auf den Arm nehmen. Was genau haben Sie gesehen ? Eine junge- oder vielleicht doch eher eine alte Frau ?

Klare Sache ?

Also, wenn Sie zu der Ansicht

gelangt sind, es handele sich um eine junge Frau, dann werfen Sie jetzt bitte einmal einen Blick auf die Zeichnung in der ersten Spalte auf der nachfolgenden Seite. Fiel Ihre Entscheidung dagegen auf alt, bitte Blick in die zweite Spalte richten.

Impressum:

challenge yourself

ist ein Projekt der agentur für innovative concepte Postfach 11 63 D- 65583 Hadamar www.creative-workshop.de mail: info@creative-workshop.de Fax: 01212/ 5- 10922961 verantwortlicher Chefredakteur: George A. Relssek

Bitte beachten Sie: Die Erkenntnisse der Persönlichkeitspsychologie unterliegen, wie die anderer Wissensgebiete auch, einem laufenden Wandel durch Forschung und therapeutische Erfahrung. Wir verwenden allergrößte Sorgfalt darauf, Ihnen profundes Wissen und sachliche Informationen in einer leicht verständlichen und in der Praxis anwendbaren Form anzubieten. Eine Haftung für Inhalte, die durch unsere Angebote bereitgestellt werden, wird unsererseits aber insoweit ausgeschlossen, wie es sich nicht um vorsätzliche oder grob fahrlässige Fehlinformationen handelt. Unser Angebot will in keinem Fall individuell notwendigen therapeutischen Beistand ersetzen oder verhindern. Wir sind uns durchaus der Tatsache bewusst, dass es individuelle Krisensituationen gibt, die eine fachlichen Unterstützung erforderlich machen. Bitte nehmen Sie diese bei Bedarf in Anspruch. Vielen Dank und ein gutes Entertainment mit unseren Coaching-Briefen wünscht Ihnen das Team der agentur für innovative concepte

challenge yourself!

Ihr Coach für erfolgreiches personal-change-management

Ausgabe 01/07

Mentale Power als Schlüssel zum Erfolg

Mental steht im Trainingsbereich für Denken und Formen geistiger Arbeit im weitesten Sinne. Es umfasst sowohl das rationale als auch das intuitive Denken: also den erfolgsorientierten Einsatz sowohl der linken als auch der rechten Gehirnhälfte, der rational-logischen und der intuitiv-emotionalen Intelligenz (IQ + EQ). Mentaltechniken trainieren Ihr ganzheitliches Denken, d.h. die bewusste Nutzung von beiden Gehirnhälften. Mentaltechniken sind daher sehr viel mehr als nur ein technisches Denk- und Gedächtnistraining im Bereich Ihres Tages- u. Wachbewusstseins. Sie vermitteln Ihnen Strategien und Lösungen für bewusste, systematische und zielorientierte kreative Denkarbeit in allen Bewusstseinszuständen.

Fortsetzung Paradigmen

Wenn Sie auf der vorangegangenen Seite eine junge Frau gesehen haben, dann betrachten Sie nun einmal das folgende Bild:



Sie hatten sich für eine alte Frau entschieden?



Nun, wenn Sie jetzt ein wenig überrascht sein sollten: Dieses kleine Experiment ist lediglich eine Metapher für die Erkenntnis, dass es sich bei Ihrer Sicht der Welt um eine ganz persönliche (und jederzeit veränderbare) Betrachtungsweise der Dinge handelt. Merken Sie sich:

„Sie sehen die Welt nicht so wie Sie ist, sondern so, wie Sie sind!“ (Anais Nin)

power fängt im Kopf an

Thinking big – die Macht Ihrer mentaler Stärke

Wir wollen Ihnen in unseren coaching-Briefen einen Eindruck davon vermitteln, was wir genau unter mentaler Power verstehen, wie Sie sie entwickeln können und warum sie ein Schlüsselement Ihrer bisherigen und künftigen Lebensqualität darstellt!

Sie haben das sicher gelegentlich schon einmal gehört. Du musst nur positiv denken. Wer positiv denkt, kommt erfolgreicher durchs Leben.

Kraftzentrale Unterbewusstsein. Neurolinguistisches Programmieren und Neurolinguistisches Assoziieren. Vielleicht werden sich gefragt haben, ob an solchen Dingen wirklich etwas dran ist. Kann so etwas überhaupt funktionieren? Wenn ja,- wie genau funktioniert es? Warum tun es nicht alle? Ist es vielleicht schwierig? Wo und wie kann ich es lernen?

Fragen über Fragen, auf die wir Ihnen plausible Antworten liefern wollen und Beweise nicht schuldig bleiben werden, was es mit der Macht in Ihrem Inneren wirklich auf sich hat.

Lesen Sie in der nächsten Ausgabe:

emotions in motion©
Gefühle kann man lernen

Ihre Vision- die Kraft die Sie nach vorne bringt

progressive-future-plan©
Schritt für Schritt zum Ziel

*😊😊😊😊😊😊😊😊[®] ist ein eingetragenes Warenzeichen der agentur für innovative concepte
www.CREATIVE-WORKSHOP.de

Techniken, Strategien und Methoden für mehr persönliche Lebensqualität