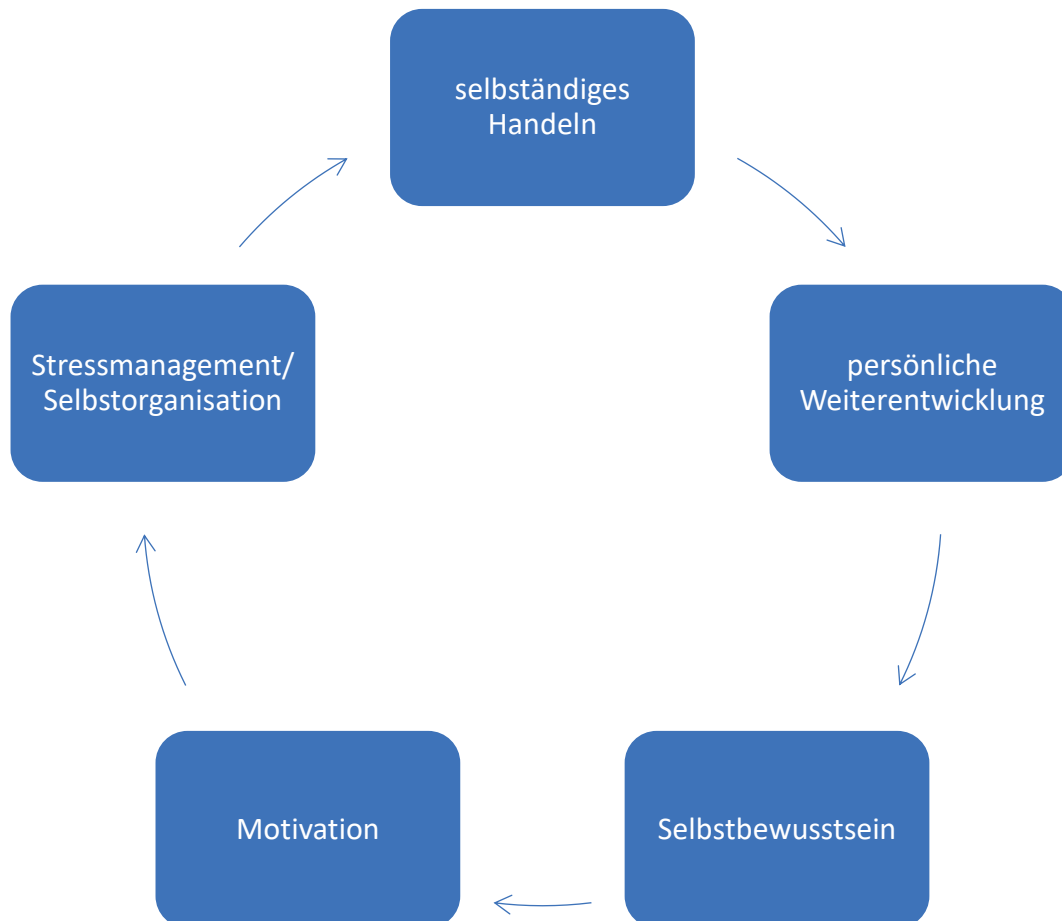


# Führe dich selbst zum Erfolg

## Selbstführung für mehr Führungsklarheit und individuelle Stärke

### 5 Schritte zu deiner neuen Kompetenz der Selbstführung:



**Für deinen persönlichen Erfolg, gepaart mit innerem Gleichgewicht und Zufriedenheit, benötigst du zum einen Eigeninitiative um den ersten Schritt zu wagen, Selbstverantwortung sowie eine gute Selbstführung!**

**Sei es als Führungspersönlichkeit, Spitzensportler oder im Privaten Leben die Fähigkeit der Selbstführung spielt für Beziehungen eine zentrale – gar entscheidende Rolle.**

**Sie wünschen sich ein kooperatives und konstruktives Miteinander? So baue auf der Basis der Selbstführung auf. Nimm deine Ressourcen bewusst wahr, steuere sie und aktiviere jene die noch nicht voll ausgeschöpft sind. Erkenne den Einfluss der Emotionen an und nutze sie um souverän und gezielt handeln zu können.**



**Suche nicht im Aussen sondern im Innen, so ergibt sich das Aussen von selbst. Indem du mit dir in Kontakt kommst, wird es einfacher mit Mitmenschen in Kontakt zu treten und sich emphatisch in Situationen und Anliegen des Gegenübers hinein zu versetzen.**

**Stärke das Bewusstsein für deine eigenen Verhaltensmuster und lerne als Führungskraft, Sportler oder im Privaten souverän zu handeln. Verbessere deine Beziehungen und lerne mit deinen Antreibern und Saboteuren umzugehen, sie gar für dich zu nutzen. Sie werden durch das Verständnis der alten Verhaltensmuster, neue passendere Verhaltensmuster kreieren und dadurch mehr Menschlichkeit, Authentizität und Klarheit erlangen.**

**Sie erlangen so ein selbstverantwortliches Handeln und die Kompetenz der Selbstführung.**

### **Selbstbewusstsein**

**Das eigene Selbstbewusstsein stärken, Selbsterkenntnis und Steuerung, sich Selbst- zu achten und mit dieser Basis seine Visionen und Ziele zu verfolgen.**

### **Motivation**

**Als nächstes die eigenen Antreiber bewusst erarbeiten und Erlauber einbauen. Gezieltes einsetzen der Antreiber, Stärken und Schwächen um Ihr Potential bestmöglich zu entfalten. Dadurch wird ihr Selbstvertrauen gestärkt und ihre Leistung optimiert. Sie nutzen ihre Antreiber als «nicht hinderlich» und für / anstelle gegen – Ihre Energie, Freude und Willensstärke.**

### **Stressmanagement / Selbstorganisation**

**Eigenverantwortlich das eigene Energie-/Stresslevel steuern und Balance schaffen. Ihr persönliches gesundes und erfolgreiches Leben ist die Basis ihres langfristigen Erfolgs. Energieräuber aufdecken, Abgrenzung schaffen, Signale ihres Körpers Wahrnehmen und Achtsamkeit als tägliche Routine einbauen.**

### **Selbständiges Handeln**

**Glaube an sich und sein tun! Was denken Sie können Sie bewirken? Wie können Sie wirken? Die Wahrnehmung der eigenen Wirkung, den Umgang mit Grenzen und Ängsten, Erfahrungen und der Aufbau von Souveränität.**

### **Persönliche Weiterentwicklung**

**Gezielte Persönlichkeitsentwicklung, in denen Themen gezielt in einem Coaching weiter begleitet werden.**