

Lebensenergie optimal nutzen (=LEON)

Eine Erfolgsstrategie der neuen Generation: Die Gehirnforschung gibt wirkungsvolle Anregungen und Tipps

Absicht, Ziele und Kompetenzen

Erfolgreiche Menschen sind „ganz normal“; sie sind so wie du und ich; Erfolgreiche haben jedoch in ihrem Leben viele Ziele und große Ziele erreicht; sie nutzen ihre (Lebens)Energie bestmöglich.

Wie gut nutzen Sie persönlich Ihre (Lebens)Energie?

Die Gehirnforschung der letzten Jahrzehnte zeigt, wie unser Hirn funktioniert und sie gibt Hinweise auf optimale Nutzung unserer (Lebens)Energie. Die Erkenntnis:

**Der Verstand trifft die Entscheidungen. Der Verstand ist der Kapitän.
Die Gefühle sind der Motor und der Treibstoff gleichzeitig.**

Auch das kennt jeder: Ein guter Vorsatz → und es wird nichts daraus. Ein wünschenswertes Ziel → und wir kommen nicht hin. Eine Aufgabe → und wir schaffen nur mühsam einen Teil davon.

Warum ist unser innerer Schweinehund, warum sind unsere inneren Sabotage-Strategien oft viel stärker als wir? **Was tun, damit wir erreichen, was uns wichtig ist?**

Es geht für jeden Menschen um **Selbst-Management und Selbst-Coaching**; es geht darum, wie wir unser Leben leben, wie wir unser Leben managen, wie wir uns selbst durch unser Leben führen.

Das Ziel ist immer dasselbe: Ein erfülltes, erfolgreiches, intensives und glückliches Leben.

Bist du bewusst und konsequent auf dem Weg **zu deinem erfüllten und glücklichen Leben?**
Nutzt du bewusst deine „geheimen“ Kräfte?

Die Erfolgsstrategie **LEON – Lebensenergie optimal nutzen** - ist eine tolle Möglichkeit dazu. Dabei setzen wir – genau wie die Gehirnforschung beweist - gezielt unsere Emotionen und Gefühle ein, um das zu erreichen, was wichtig ist. Wir gehen durch „Powerzonen“ und nutzen die Erfahrungen und die Tipps der Erfolgreichen.

Die Inhalte

- Die Erfolgsstrategie LEON
- Die Arbeit an eigenen und fremden Zielen
- Eigene Standortbestimmung: Entwicklungslinien, Stärken und Potentiale
- Erfolg beginnt im Kopf: Notwendige Denkgewohnheiten und Haltungen
- Unerlässliche Tugenden: von Beharrlichkeit bis Humor
- Feinde, die unseren Erfolg verhindern
- In's Tun kommen: starten und anpacken

Die Methode

Eine gute Mischung aus Reflexion und Information, aus Know How und Rezepten, aus gegenseitiger Hilfe und persönlichen konkreten Schritten.

Zielgruppe und Voraussetzungen

Menschen, die unterwegs sind zu Karriere und Erfolg, die unterwegs sind in einem/zu einem erfüllten und glücklichen Leben