

Andrea Landschof

Das bin ich!?

Verborgene Talente entdecken und Veränderungen gestalten – Das 6-Schritte-Programm

Inhaltsverzeichnis

Einführung

Die Lernschritte in der Übersicht – und Organisatorisches
Etwas Neues anzufangen braucht Mut. Aber dann ist der Moment gekommen ...
Side Step 1: Die Side Steps für Beraterinnen, Coaches und Trainer

- | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 1. Schritt: Der (Un-)Zufriedenheit auf die Spur kommen | 20:23 min |
| 1.1 Hallo und herzlich willkommen | |
| 1.2 Deine Störfaktoren aufspüren | |
| 1.2.1 Side Step 2 zu „Störfaktoren aufspüren“ | |
| 1.3 Deine persönlichen Werte beachten | |
| 1.3.1 Side Step 3 zu „Deine persönlichen Werte beachten“ | |
| 1.4 Die Arbeit mit dem Werteprofil – Erfahrungen von Max | |
| 2. Schritt: An Komfortzonen rütteln | 06:11 min |
| 2.1 Von der Komfortzone zur Wachstumszone | |
| 2.1.1 Side Step 4 zu „Von der Komfortzone zur Wachstumszone“ | |
| 2.2 Was hast Du herausgefunden? | |
| 3. Schritt: Inventur der Gewohnheitsmuster (Saboteure) | 52:18 min |
| 3.1 Die fünf Antreiber-Dynamiken | |
| 3.1.1 Side Step 5 zu „Die fünf Antreiber-Dynamiken“ | |
| 3.2 Ausstieg aus den Antreiber-Dynamiken: Verhalten ändern, Talente entdecken und entwickeln | |
| 3.2.1 Side Step 6 zu „Ausstieg aus den Antreiber-Dynamiken“ | |
| 3.2.2 Side Step 7 zu „Die fünf Antreiber-Dynamiken: Talente entdecken“ | |
| 3.3 Psychologische Spiele | |
| 3.3.1 Side Step 8 zu „Das Drama-Dreieck“ | |
| 3.4 Testauswertung: Dein Spielprofil | |
| 3.4.1 Side Step 9 zu „Dein geheimer Spielplan“ | |
| 3.5 Spieleausstieg | |
| 3.5.1 Side Step 10 zu „Spielausstieg“ | |
| 3.6 Ich-zustände oder wie viele bin ich eigentlich? | |
| 3.6.1 Side Step 11 zu „Ich-Zustände oder wie viele bin ich eigentlich?“ | |
| 3.7 Ausdrucksqualitäten | |
| 3.8 Talententfaltung | |

- 4. Schritt: Neue Entscheidungen treffen – Irrglauben korrigieren** **13:26 min**
- 4.1 Die Bibliothek der Erinnerungen
 - 4.1.1 Side Step 12 zu „Die elf Ausdrucksstile“ und „Talententfaltung und Neuorganisation“
 - 4.2 »Be a Mr. Jensen«
 - 4.3 Dein unbewusst erstellter Lebensplan
 - 4.3.1 Side Step 13 zu „ Die Bibliothek der Erinnerungen“ und „Dein unbewusst erstellter Lebensplan“
- 5. Schritt: Entwicklungsziele festlegen** **12:27 min**
- 5.1 Entwicklungsziele
 - 5.1.1 Side Step 14 zu „Entwicklungsziele festlegen“
 - 5.1.2 Audiomeditation: Deine Zeitreise
 - 5.2 Ziele & Vertragsarbeit
 - 5.2.1 Side Step 15 zu „Ziele und Vertragsarbeit“
- 6. Schritt: Geleitschutz und Gelegenheiten** **03:07 min**
- 6.1 Geleitschutz suchen und Gelegenheiten für Veränderung schaffen
 - 6.1.1 Side Step 16 zu „Geleitschutz suchen & Gelegenheiten für Veränderung schaffen“
- Wie geht es weiter?** **01:04 min**
- Abschluss
Dankeschön!