

RGL

RICHTIG GUT LEBEN

RICHTIG GUT LEBEN

Experten-Training

Ja, wir können unser Schicksal in die Hand nehmen



Kompetenzen entwickeln, richtig gut zu leben als Führungskraft,
als Eltern, als (Ehe-) Partner, als junger Mensch, als älterer Mensch,
als High Potential, als Management Board

Eine Seminarreihe aus vier Modulen

Wofür lohnt es sich mehr, Experte* zu sein, als dafür, richtig gut zu leben?

– glücklich und glückbringend, kraftvoll und kraftspendend, dem eigenen Weg folgend und andere auf dem ihren unterstützend. Eigenverantwortlich und andere in ihrer Eigenverantwortung stärkend, authentisch und einfühlsam, inspiriert und inspirierend ?

Ja, Gesundheit ist wichtig, aber wofür, wenn nicht dafür, richtig gut zu leben? Ebenso Geld, Erfolg, Beziehung, Spaß, Genuss ... Wichtig ist auch die Wirkung, die wir durch unser Sein, Denken und Handeln verursachen, die Entfaltung der in uns schlummernden Potenziale, die Führung unserer selbst, von Menschen und einer Organisation. All das ist Thema im Experten-Training im Kontext des eigenen richtig guten Lebens und des eigenen Beitrags zum richtig guten Leben anderer - im beruflichen und im privaten Bereich.

Dem eigenen Weg folgend und andere auf dem ihren unterstützend, eigenverantwortlich und andere in ihrer Eigenverantwortung stärkend, authentisch und einfühlsam, inspiriert und inspirierend.

Freilich kann auch ein Experten-Training keine Glücksversprechen abgeben. Niemand kann uns die Verantwortung für unser richtig gutes Leben abnehmen. Aber sie kann optimal unterstützt und die Fähigkeit dazu weiter entwickelt werden. Und das geschieht:

- durch die Anwendung wissenschaftlicher Erkenntnisse (Hirnforschung, Glücksforschung, Medizin ...),
- durch die FUTURE-Methode, seit 30 Jahren bahnbrechend im Bereich des Coachings, der Unternehmensführung, der Erwachsenenpädagogik,
- und nicht zuletzt durch Wolfgang Stabentheiner und seinem Team von Coaches sowie medizinischer und therapeutischer Experten.

Umfang

Das Experten-Training für ein richtig gutes Leben beinhaltet sowohl vier Seminarmodule als auch Einzel-Coaching-Sessions in einem Ausmaß von acht Stunden sowie zwei Stunden Lebensberatung. Die Synthese von Seminar- und Einzelarbeit ermöglicht einen Wirkungsgrad, der weit über andere vergleichbare Maßnahmen hinausgeht. Das Seminar fördert die Effektivität der Einzelarbeit. Diese wiederum unterstützt bei der Umsetzung der im Seminar gesetzten Ziele.

Das Ur-Motiv

Richtig gut leben ist das Ur-Motiv unseres Daseins, das oft vergessene, unbeachtete Motiv hinter allen Zielen, die wir im Leben anstreben. Selbst unsere destruktiven Tendenzen, so verkommen und so kontraproduktiv sie auch sein mögen, gründen in dem Bestreben, richtig gut zu leben.

Überprüfen Sie auf der nächsten Seite selbst, ob Sie die Inhalte der einzelnen Module ansprechen und ob es das ist, was Sie sich wünschen - für Ihr Leben und Ihr berufliches und privates Wirken.

* *Wir legen seit jeher großen Wert auf die Gleichberechtigung von Frauen und Männern, auch als es noch kein öffentliches Thema war. Wenn wir in Texten nur die männliche Form eines Begriffs nutzen, dann geschieht dies aus Gründen der Lesbarkeit.*

Modul I: Richtig gut leben in mir und mit mir

- Bewegung ins eigene Leben bringen hin zu einem richtig guten Leben, beginnend mit der Anerkennung dessen, was an richtig gutem Leben schon realisiert ist
- Der Kunst des Genießens Aufmerksamkeit schenken
- Gesundheit, Kraft, Wohlgefühl im eigenen Körper fördern
- Die eigenen Tätigkeiten organisieren und in eine gesunde Balance bringen
- Innere Klarheit, den Einklang mit sich selbst weiterentwickeln
- Probleme einer Lösung zuführen – die eigene Problemlösungskapazität steigern
- Ausmisten – sich erleichtern
- Hinderliche Gewohnheiten durch förderliche ersetzen
- Die Ressourcen der eigenen Vergangenheit nutzen, um optimal in die Zukunft zu starten

Modul II: Richtig gut leben in Beziehungen

- Wo möglich, Bewegung in die für das richtig gute Leben relevanten Beziehungen bringen – den Beziehungsfluss mehrern
- Probleme lösen, Hindernisse überwinden – Bewusstsein über die eigene Ursächlichkeit gewinnen
- Sowohl der Rolle, insbesondere wenn sie eine führende ist, als auch dem Menschen gerecht werden
- Unterschiedliche Standpunkte und Interessenslagen in eine Gewinn-Gewinn-Beziehung führen
- Konflikte möglichst schon in den Anfängen erkennen und ihnen frühzeitig, lösend, begegnen.
- Den Begriff „Kommunikation“ über die verbale Kommunikation hinaus erweitern auf körperliche, energetische und Verhaltenskommunikation
- Kraft sammeln, um Beziehungen ursächlich zu gestalten (agieren statt reagieren)
- Eigene Grenzen und Grenzen anderer erkennen und anerkennen, ebenso wie die eigenen Emotionen und Bedürfnisse und jene anderer
- Die Unterschiede zwischen eher männlichem und eher weiblichem Kommunikationsverhalten entdecken und damit bewusst umgehen

Modul III: Richtig gut leben im praktischen Leben

- Geld, ein existentielles Thema. Aber weit darüber hinaus, ein emotionales und ein Beziehungsthema. Oberflächliche und tiefsitzende Knoten bezüglich Geldes lösen mit dem Ziel, ihm jenen Stellenwert zuzumessen, den es für unser eigenes richtig gutes Leben, für jenes unserer Familie und des Unternehmens, für das wir tätig sind, hat. Darüber hinaus geht es darum, den gesunden Geldfluss zu mehrern
- Die eigene Rolle in den Organisationen und Gemeinschaften, denen man angehört, verstehen und klären, um nicht unbedingt den maximalen, aber auf jeden Fall den optimalen Beitrag zu leisten
- Mit den Dingen und ebenso mit den Strukturen einen sorgfältigen Umgang finden, ohne jedoch von ihnen vereinnahmt zu werden
- Das eigene Leben in seiner Gesamtheit gestalten und lenken, um es in jeder Hinsicht in die Balance zu bringen
- Für sich selbst „Erfolg“ definieren – die „richtigen“ Ziele setzen, den „richtigen“ Weg zum jeweiligen Ziel finden, im Einklang mit dem eigenen Wesen und dem größeren Ganzen, dessen Teil wir sind

Modul IV: Richtig gut leben in der Gemeinschaft

- Jede Gemeinschaft, jede Organisation hat ihre eigene Persönlichkeit, die nicht nur von Menschen geprägt wird, sondern auch selbst die Menschen prägt. Das Wesen der relevanten Gemeinschaften und Organisationen zu erkennen und zur Entfaltung zu bringen, gehört mit zur hohen Kunst des Führens
- Ein stimmiges Maß an Nähe und Distanz zur jeweiligen Gemeinschaft bzw. Organisation finden, um sich die eigene Individualität zu bewahren und die eigene Verantwortung für die Entfaltung der Gemeinschaft/Organisation zu realisieren.
- Räume schaffen zur optimalen Entfaltung der Menschen und ihres Zusammenwirkens
- Sich selbst klar zum Ausdruck bringen, die Gemeinschaft/Organisation mitprägen, entsprechend den eigenen individuellen Potenzialen und der Dynamik der Gemeinschaft
- Führungsverantwortung in ihrer ganzen Tragweite ausloten – formelle oder informelle Führungsverantwortung – grundsätzlich und situationsbezogen – wahrnehmen. Macht in den Dienst der Gemeinschaft/Organisation und ihrer Entfaltung stellen
- Sich freimachen von Lagerdenken, von Entweder-Oder, von Freund-Feind-Schemata, zusammenführend, integrierend wirken, Gemeinschaft bildend
- Sich immer mehr von destruktiven Wahrnehmungs- und Verhaltensmustern befreien, um in den jeweiligen Situationen der Sache, den Menschen und sich selbst gerecht zu werden

Grundsätze des Seminars

Diese powervollen Inhalte bilden die Wegweiser für alle Module, aus denen das Expertentraining für ein richtig gutes Leben besteht (Seminare, Coachings, Gesundheitsberatung und Lebensberatung). Wolfgang Stabentheiner's Wirken setzt jedoch nicht grundsätzlich bei den Inhalten an, sondern beim Menschen, bei seinem individuellen Lebensweg. So, wie in der von ihm entwickelten FUTURE-Methode festgeschrieben.

„Inhalte sind nie Selbstzweck. Sie stehen immer im Dienst des Menschen bzw. der Gemeinschaft und Organisation und deren Lebensweg.“ Diesen Satz hat wohl jeder der vielen hundert Seminarteilnehmer, Leiter und Coaches verinnerlicht, die er in den letzten 30 Jahren aus- und weitergebildet hat. Ebenso wie den Respekt, den er ausdrückt - den bedingungslosen Respekt vor der Individualität des Menschen bzw. der Gemeinschaft oder Organisation.

Leben ist mehr als Überleben. Es ist allerhöchste Kunst. Das Ringen, dass uns das Kunstwerk des Lebens gelingt, bewahrt uns davor, uns im Kampf des Überlebens zu verlieren.

- Wolfgang Stabentheiner

In diesem Sinne freuen wir uns über Ihr Interesse und heißen Sie von Herzen WILLKOMMEN!.