

Impulsletter No.5

Wege zu mehr Selbstbewusstsein

- **Mut:** riskiere den ersten Schritt. Riskiere ein „Nein“ zu bekommen. Wer nichts wagt, der nichts gewinnt. Im NLP gibt es folgendes Axiom: „es gibt keine Misserfolge, es gibt nur Feedback“ – aus jedem „Nein“ kannst du lernen, was du beim nächsten Mal anders machen kannst.
- **Selbst-bewusst-sein:** Was ist dir wichtig? Was ist dein Ziel? Was sind deine Werte? Weshalb bist du interessant für dein Gegenüber?
- **Körpersprache:** wie innen so außen. Achte auf eine aufrechte, offene Körpersprache. Achte auf Blickkontakt.
- **Humor:** lerne über dich selbst zu lachen. Nimm dich nicht zu ernst. Nimm andere nicht zu ernst. Nimm nicht alles zu persönlich. Das Leben ist so ernst, wie du es machst.
- **Offenheit:** Freu dich auf alles Neue, freue dich auf den Tag. Sei präsent.
- **Lebe im Jetzt:** lass die Vergangenheit ruhen und mach dir nicht zu viele Sorgen über die Zukunft. Konzentriere dich auf das Hier und Jetzt, denn das ist das einzige, was du wirklich ändern kannst.

Eigne dir diese Eigenschaften an. Nimm dein Leben selbst in die Hand. **Wechsle von der passiven Nebenrolle in die aktive Hauptrolle** und stell bald selbst fest, dass es von Mal zu Mal besser klappt.

Das nächste Abendseminar findet am 19.09.2016 in unseren Räumen in Greifenstein/Beilstein von 19.00-22.00 Uhr statt. Der Unkostenbeitrag beträgt 5,-€

Zur Anmeldung geht es hier entlang: <http://www.masterpotenzial.de/seminare/abendseminare/>

Seminarempfehlung: Schlagfertigkeit – verbale Selbstverteidigung: hier lernst Du auf unfaire Angriffe locker und souverän zu reagieren. Du lernst, wie Du selbst in schwierigen Gesprächssituationen in einem guten Zustand bleibst. Die Plätze sind begrenzt. Mehr Infos gibt es hier: <http://www.masterpotenzial.de/seminare/kommunikation/schlagfertigkeit/>

Empfehle gerne unseren Impulsnewsletter an Menschen weiter, denen hin und wieder unser Impuls eine Unterstützung sein kann 😊

Herzliche Grüße aus dem Westerwald,

Marco Plass

Organisationspsychologe FH

Lehrtrainer DVNLP

Master Trainer IN

Master-Coach DVNLP

Coach ICI



Wallendorf 16
35753 Greifenstein-Beilstein
Tel: +49 (0)2779-3120059
Mobil: +49 (0)151-11236947
Mail: info@masterpotenzial.de
Web: www.masterpotenzial.de

Schauen Sie auch bei Facebook vorbei! Ich freue mich über Ihr „gefällt mir“.



Solltest Du diesen Impulsletter nicht mehr erhalten wollen, lasse es uns über den folgenden Link wissen:
<http://www.masterpotenzial.de/newsletter-abbestellen/>