

Coaching und Mentoring

Förderung

Finde Deinen Stamm

Der größte Unterstützer

Auch ein Helfer gewinnt

Anmerkungen

23 Die große Pause

»Disconnect to Re-connect»

In Bewegung kommen

Auszeit? Welche Auszeit?

Ziele und Resultate

Anmerkungen

24 Vorangehende Mut-Macher –

»Nimm dir die Zeit, die Du brauchst«

»Du musst erst mal den Konzern
aus den Kleidern schütteln» –

Lars Schepp, Erfinder des

»Restaurants im Glas»

»Ich brauchte erst mal Zeit für mich“ – João Perre Viana,
Wander-Mentor

Anmerkungen

Teil IV: DIE SPUR WECHSELN

25 Alles so schön bunt hier – Über
das Entscheiden

Reden ist Gold!

Kein 100% richtig, kein 100%
falsch

Was brauche ich selbst

Richtung vor Geschwindigkeit

Kopf oder Bauch – wer hat recht

Fragen und Unterstützung
suchen

Anmerkungen

26 Verantwortung übernehmen statt
Schwanz einziehen

Verantwortung übernehmen –
erstmal nur für Dich!

Selbst- und Zeitmanagement

Ausgeglichen auf sechs Beinen
stehen

Dein persönliches
Stressbarometer

Das Energiekonto

Anmerkungen

27 Deine ganz persönliche
Heldenreise ... startet hier

Die Phasen der Heldenreise

Was hat das mit Dir zu tun?

Anmerkungen

28 Vorangehende Mutmacher – »Auf
Heldenreise«

»Ich habe das alles nur für mich
gemacht“ – Stephan Meurisch,

Weitwanderer

»Der Kreis schließt sich“ –
Peter Weiss, Reisender in
Sachen Menschlichkeit

Anmerkungen

29 Sichtbarkeit aufbauen!

Paradigmenwechsel

»Deutsche sind viel zu
vorsichtig“ findet

Verkaufsexpertin Dr. Renée
Moore

Wenn es plötzlich »Bang!“
macht – über exponentielles
Wachstum

Social Proof oder wie man
Glaubwürdigkeit erzeugt

»Positionierung ist der
Schlüssel“

Vorsicht vor großen

Versprechen

Anmerkungen

Teil V: IN DER NEUEN SPUR

30 Auf Kurs bleiben

31 Vorangehende Mut-Macher – In der Spur bleiben

»Ich lasse mich nie von Gästen einladen“ – Jörg Hertzner, Hotelier in der Sonne

»Ich wollte immer etwas Eigenes machen“ – Matthias Thieme, Bier-Aficionado

Anmerkungen

32 Stärke ist Schwäche – Schwäche ist Stärke

Hinweis

33 Vorangehende Mut-Macher – Auf der Reise nach innen