

MPM Mind & Personal Mastery Lehrgang

*Unkonventionelle Strategien, um Ihre Selbstführung zu stärken
auf Basis neurowissenschaftlicher Erkenntnisse*

Carmen Zanella & Jorge Cendales



**«Persönliche Meisterschaft geht über die Kompetenzen und Fähigkeiten hinaus. Es bedeutet, Leben als eine schöpferische Arbeit; Leben aus einer kreativen Sicht, im Gegensatz zu einer reaktiven» .
(Peter M. Senge)**

Altes abwerfen, damit Neues entsteht

Die meisten Menschen glauben, dass sie auf der Leiter des Lebens eine Sprosse nach der anderen erklettern, sich ständig durchsetzen und kämpfen müssen, um etwas zu erreichen und Erfolg zu haben. Das ist anstrengend.

Es geht auch anders. Sie können gelassen neue kreative Wege gehen, um ein höheres Maß an Leistung, Sinn und Zufriedenheit zu erreichen.

Dazu müssen Sie nicht «härter arbeiten», «intelligenter arbeiten» oder «Ihre Zeit besser verwalten» sondern die Art und Weise radikal ändern, wie Sie sich und die Welt sehen.

Wenn Sie die Art und Weise ändern, wie Sie über sich und andere denken (innere Welt), wird sich auch Ihre äussere Welt ändern.

Ihr Geist in Fülle & Glück

Dieser Lehrgang wird Sie in beiden Ebenen unterstützen (innere und äussere Welt):

- Sie werden einerseits herausfinden, was Sie davon abhält sich zufrieden, lebendig und authentisch zu fühlen.
- Andererseits hilft es Ihnen, Ihr Gehirn und Geist auf Glück zu fokussieren und Ihr Leben auf Ihre Werte und Stärken auszurichten.

Dies wird

- Ihre Beziehung zu sich selbst, zu Ihren Mitarbeitenden, Vorgesetzten, Kollegen, Kunden, Partner und Partnerin, Familie und Freunden positiv beeinflussen
- Ihre Resilienz und Stresskompetenz stärken
- Ihre Effektivität steigern
- und Sie werden, ohne es gezielt zu suchen, sich und andere Menschen inspirieren.

Ihr Leben ist eine Schöpfung – Ihre Schöpfung. Sie sind der Künstler! Kunstwerke werden zuerst im Geist des Künstlers erschaffen.

Dieses Programm ist eine Einladung an Sie zu erforschen, zu definieren und zu verwirklichen, was Sie erschaffen möchten.

Die zweite Stufe zünden

Betrachten Sie sich als Mondrakete. Sie zünden die Basisrakete und diese nimmt Sie bis zu einer gewissen Höhe.

Dies ist ein notwendiger erster Teil der Reise; der Start. Aber dann geht der Kraftstoff aus.

Es ist Zeit, die zweite Stufe zu zünden und die Basisrakete abzuwerfen. Wenn Sie sich dagegen wehren und es nicht tun, wird Ihr Gewicht Sie womöglich unaufhaltsam nach unten ziehen.

Mit Ihrer Wahrnehmung der Welt verhält es sich genauso: Mit ihnen ist Ihnen vielleicht einiges gelungen, doch irgendwann haben sie ihren Zweck erfüllt.

Wenn Sie Ihr volles Potenzial erreichen wollen, werden Sie die Welt anders sehen müssen. Sie müssen Ihre Basisrakete abwerfen.

**«Es ist nicht leicht zu erkennen, was sie ändern sollten, um Fortschritte zu machen. Es ist noch härter zu verstehen, was Sie zurückhält und nicht freigibt».
(Srikumar Rao)**

Für wen ist dieses Programm?

Wir arbeiten sehr gerne mit Menschen, die an persönlichem und gesellschaftlichem Wachstum interessiert sind und nach einem neuen Bewusstsein & mehr Wirksamkeit in ihrem Wirkungsfeld streben. Das sind z.B.

- Menschen, die kreativ sind und neue, unkonventionelle Wege finden wollen, um zu (er)leben und zu (er)reichen, was ihnen wichtig ist
- Selbst-bewusste Vordenkerinnen und Vordenker, die den anstehenden evolutionären Schritt wirtschaftlicher und gesellschaftlicher Entwicklung mitgestalten und bei sich persönlich anfangen wollen
- DienstleisterInnen, UnternehmerInnen, Führungskräfte, ProjektleiterInnen, etc. die ihr Wirkungsfeld sinnstiftend und nachhaltig weiter entwickeln wollen

Zulassungsbedingungen

Für dieses Programm brauchen Sie einen offenen Geist, den Mut aus der Komfortzone zu gehen und die Bereitschaft, das Gelernte konsequent im Alltag zu vertiefen, um profitieren zu können.

Wir bitten Sie bei der Anmeldung um ein kurzes Motivationsschreiben, warum Sie teilnehmen wollen.

Typische Fragen unserer Teilnehmenden

- Haben Sie das nagende Gefühl, dass die Zeit verrinnt und Sie nur einen Teil dessen erreichen, was Sie in der Lage sind?
- Fühlt sich Ihr Leben an, als hätten Sie auf die schnelle Vorlauftaste gedrückt und Sie kämpfen ständig darum, das Gleichgewicht zu halten?
- Spüren Sie oft unterschwelligen Stress oder eine innere Unzufriedenheit, die sich auf all Ihre Lebensbereiche auswirken?
- Haben Sie das Gefühl, in einigen Bereichen Ihres Lebens festzustecken ... als ob Sie durch Melasse zu schwimmen versuchen?
- Macht Ihnen die Digitalisierung, der ständige Wandel, die steigenden Ansprüche von allen Seiten und die ständige Erreichbarkeit zu schaffen?
- Möchten Sie die unbeschwertere und zeitlose Freude aus Ihren jüngeren Tagen wiedererlangen?
- Erinnern Sie sich gerne an Momente in Ihrem Leben, in denen Sie im Flow waren und vieles mühelos gelang?
- Wollen Sie Flow-Erfahrungen zum festen Bestandteil Ihres Lebens werden lassen?

Wenn Sie "Ja" auf eine dieser Fragen geantwortet haben, sollten Sie ernsthaft in Erwägung ziehen, sich für dieses Programm anzumelden.

Wenn Sie "Ja" auf drei oder mehr Fragen geantwortet haben, sind Sie genau auf dem Weg, den wir in diesem Programm mit Ihnen weitergehen wollen.

Für wen dieses Programm NICHT ist

Sie sollten dieses Programm nicht besuchen, wenn

- Sie unerschütterlich davon überzeugt sind, dass Sie genau wissen, was Sie wollen und wie man dorthin kommt
- Sie Zweideutigkeit nicht tolerieren können und die Welt in Schwarz-Weiss mit einigen Grauschattierungen sehen
- Sie nicht akzeptieren können, wenn Ihre Überzeugungen und das gewohnte Weltbild in Frage gestellt werden
- Es Ihnen zu unbequem oder sogar zu riskant ist, eigene mentale Modelle, Werte und Ihre Wahrnehmung zu hinterfragen
- Für Sie im Leben nur zählt, was der Verstand erfassen kann und will
- Sie ein weiteres Seminar besuchen wollen, ohne nachhaltige Verankerung im Alltag

Mind & Personal Mastery Lehrgang

4 Module und 4 begleitete Übungstreffen

Modul	Datum*	Thema	Ziel	Inhalte
1*	Freitag/Samstag 05.4. - 06.04.2019 1. Tag: 09 – 17 Uhr 2. Tag: 09 – 13 Uhr	Wer führt hier wen?	Eigene mentale Programmierungen des Gehirns und Geistes erkennen und mit diesen selbstbestimmt umgehen	<ul style="list-style-type: none"> • Standortbestimmung und persönliches Mottoziel • Neurobiologie der Führung • Bewusstheit über eigene mentale Modelle gewinnen • Placebo und Noncebo: die Kunst der selbsterfüllenden Prophezeiungen • Reflektion der eigenen Geschichte und Prägungen
2	Freitag/Samstag 21.6. - 22.06.2019 1. Tag: 09 – 17 Uhr 2. Tag: 09 – 13 Uhr	Vom Mangel in die Fülle	Durch unkonventionelle Strategien das Gehirn und den Geist neu fokussieren	<ul style="list-style-type: none"> • Bewusstheit und Achtsamkeit im Alltag • Neuprogrammierung mentaler Realitäten • Epigenetik und Gehirnwissenschaft der Glücksforschung • Quantenphysik und deren Interpretation von Glück • Der Weg zur Weisheit • Dankbarkeit, Vergebung, Flow und Freiheit
3	Freitag/Samstag 06. - 07.09.2019 1. Tag: 09 – 17 Uhr 2. Tag: 09 – 13 Uhr	Vertrauen und Intuition stärken	Sich der inneren Führung öffnen und Klarheit über eigene Werte und Vision gewinnen	<ul style="list-style-type: none"> • Persönliches Leitbild und Schlüsselrollen • Neurowissenschaft der Intuition und des Vertrauens • 3 Ebenen-Modell des Gehirns: Synchronizität zur inneren Führung • Konstruktivismus: Wahrgebung statt Wahrnehmung • Evolutionärer Sinn und Universum: Tanzen mit der Energie
4	Freitag/Samstag 15. - 16.11.2019 1. Tag: 09 – 17 Uhr 2. Tag: 09 – 13 Uhr	Authentizität und Mut leben	Seinen Einflussbereich gestalten und den eigenen Beitrag in die Welt bringen	<ul style="list-style-type: none"> • Pro-Aktiv Einflussbereiche gestalten • Emotionales Beziehungskonto und Energiebalance • Meisterschaft im Leben und (un-)fuckable werden • Sinnstiftend in Organisationen wirken • Pecha Kucha zum persönlichen Leitbild

* Modul 1 kann als Schnuppermodul gebucht werden.

Seminar – Ort

HumanMind Academy
Forchstrasse 60
CH-8008 Zürich, Switzerland
Tel. +41 44 550 00 11
Mail: info@humanmindacademy.com

Kosten

- Programmkosten CHF 2'950.--
- Beinhaltet 4 Module plus 3 Vertiefungsabende zwischen den Modulen.
- Modul 1 (Schnupperkurs) CHF 750.-- .
- Ein Rabatt für Studenten, Selbstzahlende mit beschränkten finanziellen Möglichkeiten und Teilnehmende aus dem Ausland ist nach Absprache möglich.

Hinweise

- Die Termine für die 3 Vertiefungsabende werden gemeinsam vereinbart.
- Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, insofern berücksichtigen wir die zeitliche Reihenfolge der Anmeldungseingänge.

Ihre Seminar-Leitung

Carmen Zanella

Jg. 1965, Mutter von 2 erwachsenen Kindern
Organisationsberaterin & Coach
Inhaberin zanella development gmbh

Master in Leadership & Change Management
Eidg. dipl. Betriebsausbilderin, Hypnosystemischer Coach
25 Jahre internationale Erfahrung in HR-Leitungs- und Expertenfunktionen
Dozentin für Leadership, Skills 4.0 & Interkulturelles Management



Jorge Cendales

Jg. 1959, Vater von 5 erwachsenen Kindern
Unternehmensberater & Coach
Partner bei HumanSpirit

Master in Kognitiver Neurowissenschaft
30 Jahre internationale Führungserfahrung in Consulting und IT-Unternehmen
Mitglied Akademie für Neurowissenschaftliches Bildungsmanagement
MSC – Civil Engineering TH Darmstadt, HP-Programm Harvard Business School



Das sagen unsere ehemaligen Teilnehmenden

«Die Weiterbildung «Mind & Personal Mastery» verbindet in einmaliger Weise Elemente der Gehirnforschung mit solchen der Persönlichkeitsentwicklung. Besonders inspirierend ist die Mischung aus theoretischen und direkt in den Alltag integrierbaren praktischen Elementen. Der Lehrgang ist sehr zu empfehlen – für Menschen, die bereit sind, sich auf eine Veränderung und persönliches Wachstum einzulassen».

Stephanie Escher, Leiterin Führung & Kultur SBB

«Wer diese Weiterbildung absolviert, erhält neben unzähligen Aha! Erlebnissen einen Schlüssel, um sich aus den Ketten der Erfahrungen und Bedingungen zu befreien, denen man sich oft ausgeliefert zu sein glaubt. Die letzten beiden Zeilen aus «Invictus» von William Ernest Henley “I am the master of my fate, I am the captain of my soul” beschreiben daher für mich sehr treffend, was ich aus dem Lehrgang mitnehme. Ich erhielt viele wertvolle Impulse um (wieder) zu werden, wer ich bin bzw. wer ich sein möchte».

Mato Lapan, Projekt Manager Schweizerische Mobiliar

«Der Lehrgang bietet eine Entdeckungsreise in die Fülle der eigenen Persönlichkeit, unter Anleitung von wunderbaren Menschen mit breitem Erfahrungsschatz - sehr inspirierend und jedem zu empfehlen!»

Matthias Kümin, Projekt Manager Expansion, Lidl GmbH

«Durch diesen Lehrgang habe ich gelernt, mich auf das Positive zu fokussieren. Ich bin dadurch zufriedener und gelassener geworden. Wer persönlich einen Schritt weiter kommen will, dem kann ich den Lehrgang wärmstens empfehlen».

Ruth Perracini-Liechti, Personalleiterin Spital Thun

«Der Lehrgang MPM ist eine herausragende Erfahrung im richtigen Moment für mich gewesen. Dank des Kurses habe ich Mut und Kraft gefunden, deutlich aus meiner Komfortzone zu gehen, tiefliegende persönliche Themen anzugreifen und zu überwinden, und somit mit einem grossen Schritt in die richtige Richtung meiner Entwicklung zu gehen. Ich kann den Lehrgang jedem empfehlen, der ein persönliches Wachstum in einer vertrauten Atmosphäre anstrebt.»

Boryana Milova, Masterstudentin HSG