



**Leadership Academy**

Termine in der Schweiz: 2. Februar 2010, 26. August 2010

Termin in Deutschland: 2. März 2010, 27. April 2010



# Jens Corssen: Der Selbst-Entwickler<sup>®</sup>

*Vom erfolgreichen Umgang mit sich selbst*

■ **Selbst-Verantwortung**

Die Situation ist mein Coach und ich bin ihr Schüler.

■ **Selbst-Bewusstheit**

Was kostet mich meine Art zu denken?

■ **Selbst-Beeinflussung**

Ich habe keine Lust und tue es trotzdem, weil es günstig für mein Ziel ist.

■ **Selbst-Disziplin**

Glück ist auch eine Überwindungsprämie.

## Zum Thema

Nur wer sein Denken und Handeln reflektiert und sich permanent weiterentwickelt, ist auf Dauer selbstmotiviert, aktiv und kreativ. Der Selbstentwickler misst seinen Erfolg nicht nur an äusseren Erfolgen, sondern entwickelt sich über das „innere Spiel“:

- Wie Sie sich selbst am besten motivieren.
- Wie Sie mit Ungerechtigkeiten und mit Gefühlen wie Angst, Ärger usw. umgehen.
- Stressvermeidung:  
Wie Sie Ihre Prioritäten optimal setzen.
- Wie Sie Ihre Wahrnehmungs- und Konzentrationsfähigkeit steigern.
- Selbstbeeinflussung:  
Wie Sie Ihre Talente und Potenziale nutzen.
- Wie Sie Ihre Ausstrahlung und Durchsetzungskraft erhöhen.

## Beratung / Kontakt

Manuela Palla  
Projektleiterin Leadership Academy  
Tel. +41 44 722 85 71  
manuela.palla@zfu.ch

## Referent / ZfU-Faculty



### Jens Corssen

ZfU Core-Faculty; Jens Corssen ist Diplom-Psychologe und Verhaltens-Therapeut. Als Berater für Krisen- und Konfliktbewältigung, Referent und Seminarleiter hat er sich auf Themen-Schwerpunkte wie “Exzellentes Selbstmanagement” und “Andere zu

Bestleistungen führen” fokussiert.

Zudem ist er als psychologischer Berater und Coach für Spitzenkräfte in Wirtschaft, Medien und Sport tätig.

„Jens Corssens Idee des Selbst-Entwicklers fördert erfolgreiches Selbstmanagement und leistet damit einen wesentlichen Beitrag für die lernende Organisation.“

## Ihr Nutzen – warum Sie teilnehmen sollten:

- Sie reflektieren Ihr eigenes Denken und Verhalten und lernen, wie Sie gelassener durchs Leben gehen können.
- Sie steigern Ihre Eigenmacht und Selbstmotivation und werden auch erfolgreicher im Umgang mit Anderen.
- Sie fördern die eigenen Potenziale und gewinnen an Ausstrahlung und Durchsetzungskraft.
- Sie schärfen Ihre Wahrnehmung und werden selbstbewusster und sicherer.

## Seminarinhalt

### Selbst-Verantwortung

Wie man etwas erlebt und wie man sich verhält, hängt von den eigenen Denkmustern und Glaubenssätzen ab. Es ist die eigene, freie Entscheidung, wie man mit schwierigen Situationen umgeht. Man kann diese als frustrierendes Ereignis oder als Scheitern erleben. Oder aber als Entwicklungsimpuls und Herausforderung.

### Selbst-Bewusstheit

Wer an sich arbeitet und etwas entwickeln möchte, der sollte sich bewusst sein über das, was seine Gestimmtheit und sein Tun leitet. Nur wache Selbst-Bewusstheit ermöglicht dauerhafte Veränderung.

### Selbst-Überwindung & Selbst-Disziplin

Die Vermeidung von Unlust und Schmerz sind oft die Ursachen von privaten und beruflichen Problemen. Typische Versuche der Schmerzvermeidung finden wir im „Nicht-Entscheiden wollen“ und in der Angst vor Konfrontation und Ablehnung.

## ZfU Leadership Academy Das Netzwerk für Führungskräfte

Profitieren Sie von:

- Erfahrungsaustausch und Networking mit anderen Entscheidungsträgern aus verschiedensten Branchen und Unternehmen.
- den bedeutendsten Experten aus der Praxis, Wissenschaft und Beratung
- Vergünstigungen auf alle ZfU Leadership Academy Produkte

Die Mitgliedschaft beträgt CHF 150.- / EUR 100.- pro Jahr. Jetzt Mitglied werden und Sie erhalten zudem einen persönlichen Gutschein im Wert von CHF 100.-/EUR 65.-.

## Veranstaltungsdaten, -orte, -preise

Die Veranstaltung dauert von 8.30 - 17.30 Uhr

### Termine in der Schweiz:

**Dienstag, 2. Februar 2010,**

**Donnerstag, 26. August 2010**

Hotel Sedartis \*\*\*\*

Bahnhofstrasse 16

CH-8800 Thalwil

Tel. +41 43 388 33 00; [www.sedartis.ch](http://www.sedartis.ch)

### Termin in Deutschland:

**Dienstag, 2. März 2010**

Gut Sonnenhausen

Sonnenhausen 2

D-85625 Glonn bei München

Tel: +49 (0)8093 5777-0, [www.sonnhausen.de](http://www.sonnhausen.de)

**Dienstag, 27. April 2010**

Hopper Hotel et cetera

Brüsseler Strasse 26

DE-50674 Köln

[www.hopper.de](http://www.hopper.de)

### Preis

Mitgliederpreis\*: CHF 980.- / EUR 655.-

Standardpreis: CHF 1180.- / EUR 790.-

inkl. Lunch, Pausenerfrischungen und Dokumentation.

\* Dieser Preis gilt für Mitglieder der ZfU Leadership Academy. Informationen zur Mitgliedschaft finden Sie unter [www.zfu.ch/leadership-academy](http://www.zfu.ch/leadership-academy) oder kontaktieren Sie unser Customer Care Center, Tel. +41 (44) 722 85 07.

### Annulationsbedingungen:

30 Tage vor Termin 50%; 15 Tage vor Termin 100%.  
(Preis- und Wechselkursänderung vorbehalten)

## Weitere Tages-Veranstaltungen der Leadership Academy

### Die 7 Wege der Samurai

Persönliche Exzellenz durch Klarheit, Kraft & Konsequenz  
[www.zfu.ch/pdf/et1.pdf](http://www.zfu.ch/pdf/et1.pdf)

### Balance statt Burn-Out

Persönliches Stress- und Ressourcenmanagement  
[www.zfu.ch/pdf/et3.pdf](http://www.zfu.ch/pdf/et3.pdf)

### BioLogik: Die Naturgesetze der Führung

Führen durch fordern: Wie man Lust an Leistung weckt  
[www.zfu.ch/pdf/e24.pdf](http://www.zfu.ch/pdf/e24.pdf)

### Die Stimme: Ausdruck Ihrer Persönlichkeit

Auftritt - Wirkung - Präsenz: So verschaffen Sie sich Gehör  
[www.zfu.ch/pdf/e22.pdf](http://www.zfu.ch/pdf/e22.pdf)

### Shaolin-Power: Die Kraft mentaler Stärke

Energie- und Ressourcenmanagement  
[www.zfu.ch/pdf/et9.pdf](http://www.zfu.ch/pdf/et9.pdf)

### Verhandeln: Strategie & Taktik

Verhandlungen im Grenzbereich mit Polizeipsychologie  
[www.zfu.ch/pdf/e19.pdf](http://www.zfu.ch/pdf/e19.pdf)

### Power-Rhetorik

Auftritt - Sprache - Charisma  
[www.zfu.ch/pdf/e11.pdf](http://www.zfu.ch/pdf/e11.pdf)

### Die Psychologie des Überzeugens

Der zwanglose Zwang des besseren Arguments  
[www.zfu.ch/pdf/et8.pdf](http://www.zfu.ch/pdf/et8.pdf)

### Delegieren, korrigieren, motivieren

Arbeiten Sie nicht härter, sondern klüger.  
[www.zfu.ch/pdf/e15.pdf](http://www.zfu.ch/pdf/e15.pdf)

### Erkenne dich selbst

Wegweiser für persönliches Wachstum  
[www.zfu.ch/pdf/e20.pdf](http://www.zfu.ch/pdf/e20.pdf)

### Teamgestaltung - Teamentfaltung

Die Führungskraft als Teamentwickler  
[www.zfu.ch/pdf/et2.pdf](http://www.zfu.ch/pdf/et2.pdf)

### Flow statt Stress: Karrierefaktor Fitness

Die Geheimnisse & Potenziale entspannter Höchstleistung  
[www.zfu.ch/pdf/e10.pdf](http://www.zfu.ch/pdf/e10.pdf)

## Anmeldung Jens Corssen: Der Selbst-Entwickler

Fax: Talon ausfüllen oder **Visitenkarte** anheften & faxen an **+41 44 722 85 86**

Telefon: Customer Care Center **+41 44 722 85 01**

Internet: <http://www.zfu.ch/weiterbildung/seminare/et7t.htm>

<input type="checkbox"/> Herr	<input type="checkbox"/> Frau	Name/Vorname	
Firma			
Telefon/Fax		E-Mail	
Funktion/Abteilung			
Strasse/Postfach		<input type="checkbox"/> Firmenadresse	<input type="checkbox"/> Privatadresse
Land/PLZ/Ort			

### Ich nehme an **folgendem Termin** teil:

Termine in der Schweiz:  3. November 2009  2. Februar 2010  Ich möchte Mitglied der Leadership Academy werden

Termine in Deutschland:  2. März 2010

Weitere Infos: [www.zfu.ch/leadership-academy](http://www.zfu.ch/leadership-academy)

### Ja, ich möchte ein **Hotelzimmer reservieren**:

Einzelzimmer  Doppelzimmer von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_