



HumanPowermanagement Systems

HPS-GRUNDLAGEN-WORKSHOP (1 Tag à 7 Std.)

Ihr Nutzen

In diesem Workshop lernen Sie sowie Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter die Grundlagen für Erfolg, Qualität und exzellente Leistungen kennen. Durch das

- **HPS-Energiemanagement** reduzieren Sie Selbstbegrenzung und Widerstände.
- **HPS-Stressmanagement** erkennen Sie natürliche Kreisläufe, halten bewusst inne und bringen sich selbst ins Gleichgewicht, anstatt Zwangspausen zu erleben.
- **HPS-Ressourcenmanagement** stellen Sie Ihre naturgegebenen Potenziale in den Mittelpunkt und aktivieren diese bewusst.



Inhalte des Grundlagenworkshops

1. **Von der Kakophonie zur Harmonie**
2. **Schnelle IST-SOLL-Persönlichkeitsanalyse (Teil I)**
3. **Unser Gehirn = unser Zentrales Nervensystem und Schaltzentrale**
„Jede Krankheit, Blockade oder auch Problem hat eine zerebrale Dominanz“.
4. **Vom Dis-Stress zum Eu-Stress kommen**
Einführung in die Emotionale Stressreduzierung
5. **Schnelltest zur Minimumfaktor-Engpassanalyse**
6. **Das Gesetz der Kybernetik im Alltag**
Anwendung leicht gemacht mit Hilfe gesunder Abgrenzung
7. **Einführung ins HPS-Intutions-Training**
Entdecken Sie den Unterschied zwischen Vermuten und Wahrnehmen
8. **Optimale Gehirnintegration**
So bekommen Sie einen freien Kopf für ganzheitliches Wahrnehmen
9. **Schnelle IST-SOLL-Persönlichkeitsanalyse (Teil II)**
10. **Aussichten auf die HPS-Aufbautrainings und Vertiefungs-Seminare - Fragen beantworten**

