

Vielleicht sind alle Drachen unseres Lebens Prinzessinnen, die nur darauf warten, uns einmal schön und mutig zu sehen. Vielleicht ist alles Schreckliche im Grunde das Hilflöse, das von uns Hilfe erwartet.

[Rainer Maria Rilke]

www.kunogruber.at

Vielfalt ist auch Sicherheit

Was gibt uns subjektive Sicherheit in unserem täglichen persönlichen Leben?

1. Routinen die in der empfundenen Vergangenheit funktioniert haben
2. Vertraute Umgebung, bekannte Wege
3. Sinnvolles Tun (helfen, bewirken, entscheiden mit gefühlter Verantwortung)

www.kunogruber.at

Das Andere als Wegweiser

Die Empfindung stellt fest, was tatsächlich vorhanden ist. Das Denken ermöglicht uns zu erkennen, was das Vorhandene bedeute. Das Gefühl, was es wert ist. Und die Intuition schließlich weist auf die Möglichkeiten des Woher und Wohin, die im gegenwärtig Vorhandenen liegen.

[C.G.Jung]



**DENKEN IST SCHWER,
DESHALB URTEILEN DIE
MEISTEN**

kuno

kuno

**Diversity
Beruf Vielfalt
Leben**



Es gibt eine Menge Menschen,
aber noch viel mehr Gesichter,
denn jeder hat mehrere.

[Rainer Maria Rilke]

www.kunogruber.at

Bilder von sich aus ändern

Unser Denken und Fühlen könnte nicht in unserem subjektiven Erleben erscheinen, wenn es nicht von Netzwerken unserer Nervenzellen im Erleben hineingehoben würde. Alles was bei anderen Menschen zu beobachten ist, kann man – in einer anderen Dosierung – immer auch ein Stück bei sich selbst beobachten.

1.Schritt: Wahr nehmen beobachten

2.Schritt: Achtsamkeit üben beobachten

3.Schritt: Entscheidungen treffen beobachten.

Wie finden die Signale aus der Umwelt Zugang zu unserem Gehirn und welche Auswirkungen ergeben sich daraus ?

Was nehmen wir wie wahr?

Status Quo?

Wir tendieren dazu unseren jeweiligen Status als gegeben und schwer veränderlich zu werten.

Situativer Zustand und dessen Abhilfe wird meist problembehafet bewertet.

Wie arbeiten mit dem “ANDEREN”

Persönliches Wachstum heißt: mehr Bewusstheit, mehr Verhaltens-Optionen, mehr Ich-Stärke, mehr Durchlässigkeit.

www.kunogruber.at

Mögliche Lücken erkennen und nützen

MODULE Leben sind meine Einladung, die ein angemessenes Mittel darstellen, Persönlichkeit in das eigene Lebensbewusstsein zu integrieren, die eigene Wahrnehmung zu prüfen, weiter zu entwickeln und dafür eine optimal freudige und subjektiv harmonische Kontextumgebung in der aktuellen Lebenssituation zu schaffen. Verbunden mit dem Erarbeiten des individuellen Hintergrunds der Kontextbeziehung, stellen die MODULE Leben das Instrumentarium dar, subjektiv wahrgenommene Informationen von unterschiedlichsten Quellen zu orten, zu analysieren und mit Einladungen für geeignete Maßnahmen zu setzen.

Module Leben Beruf

Wahr nehmen
Basismodul
Was nehme ich wahr?

7

Module Basismodul
7

kuno 

Dauer 2 Wochen, 2 Einheiten/Woche

BASISMODUL

Ziel : Ein Blick auf die Entscheidungskompetenz

- (1) Wie passiert der Vorgang der Sinneswahrnehmung?
- (2) Welche Entscheidungsgrundlagen bietet mir mein subjektives Zeitempfinden
- (3) Gibt es in meiner subjektiven Wahrnehmung, eine Weggabelung bei der ich, wenn ich zurück denke, Zweifel hege, ob es meine eigene Entscheidung war oder ich mich gedrängt gefühlt habe?
- (4) Sind es Entscheidungen deren Entscheidungskonsequenz mich immer wieder beschäftigen?
- (5) Waren meine Entscheidungen für mich rein subjektiv richtig oder falsch oder bin ich mir nicht sicher?

GELINGEN
Persönlicher Erfolg
Potential & Selbstwahrnehmung

8

Module Modul
8

kuno 

Ziel: “Gelingen” dem Erfolg nahe kommen

Arbeitsthemen

Umgang mit dem eigenen Status Quo; erkennen, modellieren
Einflussfaktoren des Erlebens “JETZT” erkennen
Lebensrevue: Aktuelle Gewichtungen der Lebensbewältigung reflektieren
Wie nehmen ich mein eigenes Potential wahr?

www.kunogruber.at

Spüren
es geht
weiter

