



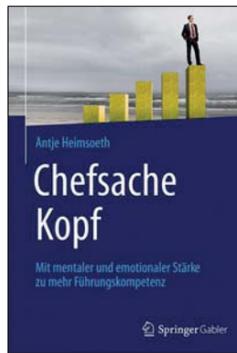
# Übersicht

---

## Bücher und Hörbücher

»'Chefsache Kopf' ist ein zu 100 Prozent gelungenes Werk. Die Autorin gibt in dem Buch viele hilfreiche Tipps, die Führungskräften auf jeden Fall weiterhelfen. Die praktischen Beispiele in den Bereichen Mentaltraining, Teamführung, Selbstanalyse usw. sind gut erklärt und vor allem plausibel begründet! Dazu sind die Kapitel gut aufgeschrieben, ganz besonders gut lesen sich die Geschichten über Führungsexperten und Spitzensportler.«

**Jörg Runde**



Antje Heimsoeth  
**Chefsache Kopf**  
 Mit mentaler und emotionaler Stärke zu mehr Führungskompetenz  
 Verlag: Springer Gabler  
 Juni 2015  
 ISBN-10: 3658057742  
 ISBN-13: 978-3658057749  
 29,99 EUR



Antje Heimsoeth  
**Mentale Stärke**  
 Was wir von Spitzensportlern lernen können  
 Verlag: C. H. Beck  
 ET: August 2017  
 6,90 EUR



Antje Heimsoeth  
**Golf mental: Erfolg durch Selbstmanagement**  
 Taschenbuch: 144 Seiten  
 Verlag: pietsch 2014  
 Sprache: Deutsch  
 ISBN-10: 3613507722  
 ISBN-13: 978-3613507722  
 19,95 EUR



Antje Heimsoeth  
**Golf mental**  
 Audiobook  
 2016  
 19,95 EUR



Antje Heimsoeth  
**Kopf gewinnt!**  
 Der Weg zu emotionaler und mentaler Führungsstärke  
 Verlag: Springer Gabler  
 ET: 2018



Antje Heimsoeth  
**Sportmentaltraining**  
 mit Vorwort von Oliver Kahn  
 Taschenbuch: 208 Seiten  
 Verlag: pietsch  
 Oktober 2015  
 ISBN-10: 3613508036  
 ISBN-13: 978-3613508033  
 24,90 EUR



Antje Heimsoeth  
**Siegern beginnt im Kopf**  
 Broschiert: 120 Seiten  
 Verlag: Profiler's Publishing  
 ISBN-10: 3945112257  
 ISBN-13: 978-3945112250  
 8,90 EUR



Hörbuch  
**Siegern beginnt im Kopf**  
 Antje Heimsoeth  
 Verlag: Profiler's Publishing  
 (2016)  
 Sprache: Deutsch  
 9,90 EUR



Antje Heimsoeth  
**Mein Kind kann's – Mentaltraining für Schule, Sport und Freizeit**  
 Verlag: pietsch 2013  
 176 Seiten,  
 19,95 EUR

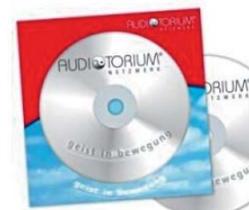


Antje Heimsoeth  
**Mental-Training für Reiter**  
 Müller Rüschlikon 2015  
 3. Auflage  
 176 Seiten  
 19,95 EUR

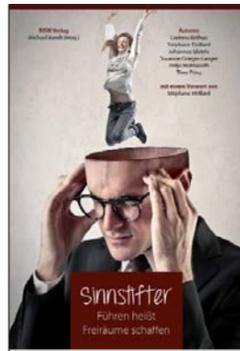


Antje Heimsoeth  
**DVD Mentale Stärke – Live Ausschnitte aus Vorträgen, Fernsehaufnahmen und Interviews**  
 29,90 EUR

Jeder Mensch wünscht sich Erfolge, Zufriedenheit, Glück, Sinn und Erfüllung. Eigenverantwortung, mentale Stärke, Gedankenhygiene und emotionale Kontrolle sind für Mental Coach und Motivationstrainerin Antje Heimsoeth die entscheidenden Erfolgsfaktoren. Die Steuerung der eigenen Gedanken spielt dabei eine zentrale Rolle. Erfolg beginnt im Kopf!  
 Die ausgebildete Ingenieurin bietet für jeden Zuhörer wertvolle, rasch umsetzbare Impulse, mentale Übungen, Tipps, Inspiration und Motivation für Arbeit und Privatleben.



Hörbuch  
**Mentale Gesundheit – Gesundheit, Erfolg, Selbstvertrauen und Lebensfreude**  
 Antje Heimsoeth  
 2013  
 17,95 EUR



Antje Heimsoeth  
in: **Sinnstifter**  
**Führen heißt Freiräume schaffen**  
Hrsg.: Michael Bandt  
19,95 EUR



Antje Heimsoeth  
auf der CD: **Sinnstifter**  
**Führen heißt Freiräume schaffen**  
Hrsg.: Michael Bandt  
Audiobook,  
19,95 EUR



Antje Heimsoeth  
in: **Die 7 Säulen der Macht Reloaded 2**  
Taschenbuch: 248 Seiten  
Verlag: Profiler's Publishing  
(27. August 2014)  
Sprache: Deutsch  
ISBN-10: 3945112036  
ISBN-13: 978-3945112038  
17,90 EUR



Antje Heimsoeth  
In: **Die 7 Säulen der Macht Reloaded 2 – 7 Schlüssel zum Erfolg**  
Audio CD  
Profiler's Publishing (2014)  
Sprache: Deutsch  
ISBN-10: 3945112052  
ISBN-13: 978-3945112052  
24,90 EUR



Antje Heimsoeth  
in: **Sinnstifter**  
**Selbstführung heißt denken, fühlen, handeln**  
Hrsg.: Michael Bandt  
7 Experten öffnen ihre persönliche Schatzkiste und geben ihre Geheimnisse der Selbstführung preis.  
19,90 EUR



Antje Heimsoeth  
auf der CD: **Sinnstifter**  
**Selbstführung heißt denken, fühlen, handeln**  
Hrsg.: Michael Bandt  
7 Experten öffnen ihre persönliche Schatzkiste und geben ihre Geheimnisse der Selbstführung preis.  
Audiobook  
19,90 EUR



Antje Heimsoeth  
in: **Mentale Stärke Band 2**  
Taschenbuch: 227 Seiten  
Verlag für mentale Stärke  
Sprache: Deutsch  
ISBN-10: 3200032243  
ISBN-13: 978-3200032248  
19,90 EUR



**Berufsziel Ingenieur/Wirtschaftsingenieur 2016**  
Hrsg: Peter Speck  
Detlef J Brauner  
Antje Heimsoeth: Erfolg im Job ist auch Kopfsache: Mentale und emotionale Stärke für den Berufseinstieg  
Verlag: Wissenschaft & Praxis; 2. Auflage 2014  
14,00 EUR



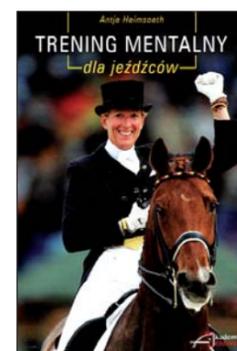
Antje Heimsoeth  
in: **Impulse für ein Leben in Balance**  
Jünger Medien Verlag;  
1. Auflage 2014  
ISBN-10: 3766499300  
ISBN-13: 978-3766499301  
19,90 EUR



Antje Heimsoeth  
in: **Chefsache Prävention I**  
Taschenbuch: 325 Seiten  
Verlag: Springer Gabler  
Aufgabe: 2014  
Sprache: Deutsch  
ISBN-10: 3658036117  
ISBN-13: 978-3658036119  
29,99 EUR



Antje Heimsoeth  
in: **Handbuch Polizeimanagement**  
Verlag: Springer Gabler  
2017  
119,99 EUR



**Mental-Training für Reiter**  
Antje Heimsoeth  
Polen  
  
Internationale Bücher



Antje Heimsoeth

# Chefsache Kopf

Mit mentaler und emotionaler Stärke zu mehr Führungskompetenz

 Springer Gabler

## Chefsache Kopf

### Erfolgreiche Führung beginnt mit der Haltung

**Keynote Speaker, Motivationstrainerin und Mental Coach Antje Heimsoeth liefert mit »Chefsache Kopf. Mit mentaler und emotionaler Stärke zu mehr Führungskompetenz« ein lang erwartetes Praxishandbuch für Unternehmer, Führungskräfte, Vorstände und Berater.**

»Begeistern Sie Ihre Mitarbeiter!«, »Holen Sie das Beste aus ihnen heraus!« und »Wir erwarten von Ihnen eine herausragende Performance.« Sätze wie diese gehören zum Alltag von Führungskräften. Das vielfältige Anforderungsprofil – vom Förderer und Motivator über den Strategen und Steuermann bis zum Vorbild und Bewahrer des Wohlergehens aller – führt nicht selten zur Überforderung von Top-Managern. Woher die Leidenschaft, Überzeugungskraft, Widerstandsfähigkeit und Klarheit nehmen, die für den Führungsjob so wichtig sind?

### Erfolg beginnt im Kopf

Auf unseren Schultern sitzt die mentale Kraftquelle für das Erbringen von Höchstleistungen. Doch wie sehr unser Denken und unsere innere Haltung tatsächlich unser Handeln und Verhalten beeinflussen, ist nur wenigen bewusst. »Wer erfolgreich führen will, braucht zunächst ein gutes Selbstmanagement«, weiß Antje Heimsoeth, Expertin für Selbstführung, Mentale Stärke und Motivation. Mentale und emotionale Stärke seien dafür eine wichtige Voraussetzung. »Mentales Training hilft, bei ständig wachsenden Anforderungen den eigenen Kopf als Schaltzentrale allen Handelns punktgenau zu aktivieren«, so Heimsoeth weiter. »Wer das beherrscht, steigert nicht nur sein Leistungsvermögen, sondern auch seine eigene Zufriedenheit und sein Selbstbewusstsein.« In ihrem neuesten Werk »Chefsache Kopf. Mit mentaler und emotionaler Stärke zu mehr Führungskompetenz.« zeigt Antje Heimsoeth Wege auf, wie Führungskräfte ein Höchstmaß an Motivation und Konzentration erreichen, Stress und Angst bewältigen, mit negativen Gefühlen und veränderten Bedingungen effektiv und nutzbringend umgehen können. Konkrete Anleitungen, direkt anwendbare Übungen sowie Praxisbeispiele machen dem Leser Verstehen und Umsetzung leicht. Sämtliche Methoden lassen sich zudem vom Business ins Privatleben übertragen.

### Was dieses Buch besonders macht

#### Enorme Themenvielfalt

Gehirn, Gedanken, Wie kann man Ziele erreichen und sie mental erarbeiten, Motivation, Visualisierung, Emotionen/Blockaden, Führung, Routinen / Rituale, Umgang mit Scheitern und Fehlern, Umgang mit Stress, Lebensqualität

#### Aktuelles Thema auf Jahre hinaus

Der Nutzen von mentaler und emotionaler Stärke wird immer noch kaum oder zu wenig erkannt. Das Thema ist für jeden von uns wichtig.

#### HANDELN

Tipps, neue Sichtweisen, Handlungsempfehlungen und praktisches Wissen darüber, wie mentale und emotionale Stärke trainiert werden kann

#### »Mit Experten sprechen«

#### »In die Köpfe von Unternehmern und Experten schauen«

Dr. Manfred Spitzer, Anne-Marie Flammersfeld, Extremläuferin, Marlies Bernreuther, Marinus Kraus, Olympiasieger Skispringen (Team), Marie Nauheimer, Bernhard Peters, „Direktor Sport“ beim HSV, Oliver Blume, Firmengründer

**Bestseller**  
Unsere beliebtesten Produkte, basierend auf Verkäufen. Stündlich aktualisiert.

« Beliebige Abteilung Bestseller in **Motivation für Management**

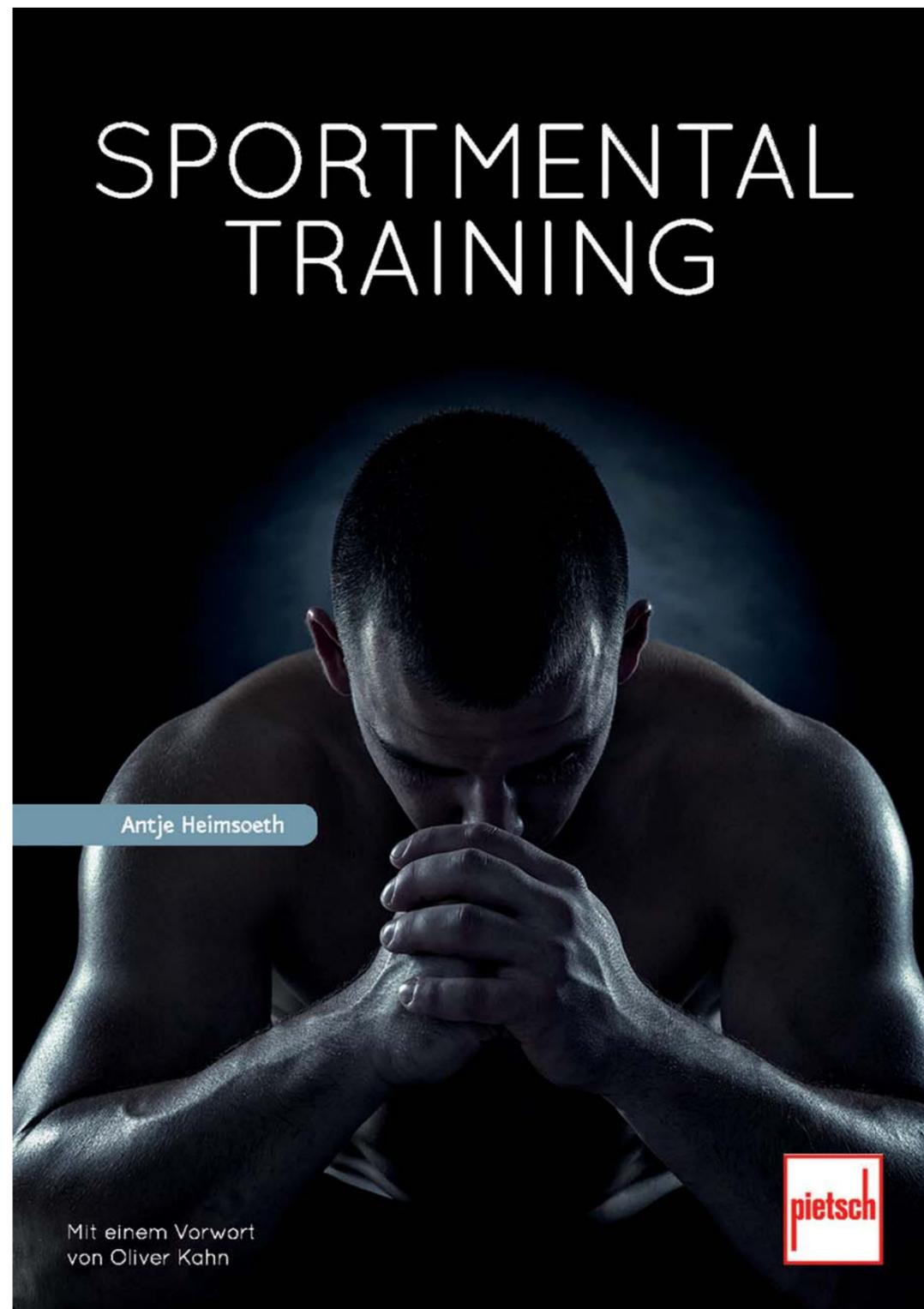
10. 

Chefsache Kopf. Mit mentaler und emotionaler Stärke zu mehr Führungskompetenz von Antje Heimsoeth

★★★★★ (6)  
Taschenbuch  
EUR 29,99  
64 Angebote ab EUR 26,06

Neuerscheinung Nr. 11 in Motivation

Das Buch gehört mit zu den erfolgreichsten neuen Fachbüchern 2015.



## Sportmentaltraining

Im heutigen Spitzensport sind körperliche Verfassung, Fitness, Taktik und Technik bei allen Sportlern auf sehr ähnlichem Niveau. In kritischen Situationen zweier gleichwertiger Gegner entscheidet immer der mental und emotional Stärkere das Match für sich. Kein Sportler, keine Mannschaft kann es sich mehr leisten, diesen Bereich unberücksichtigt zu lassen.

In diesem Buch finden Sie neben Antje Heimsoeths Expertise, die auf jahrelanger Zusammenarbeit mit Spitzensportlern beruht, viele praktische Beispiele aus dem Sport, Denkanstöße, Tipps und mentale Übungen. Zusätzlich verraten Oliver Kahn, Marinus Kraus, Karl Angerer, Faris Al-Sultan, Wolfgang Mader, Benjamin Mazatis, Regina Häusl-Leins, Christian Tröger und Paul Eckert als Sportler sowie Karl Angerer, Thomas Braun, Mitch Pohl und Armin Emrich als Trainer ihre persönlichen Strategien.

Einsteiger wie erfahrene Sportler verschiedenster Sportarten und Trainer können von diesem Buch profitieren. Ein Muss für jeden Sportler und Trainer – aber nicht nur: Mentale Stärke ist auch die Grundlage für Erfolg in vielen anderen Lebensbereichen.

### Die Interviewpartner

#### Karl Angerer

»Ein guter Trainer macht immer verschiedene Fehler, ein schlechter Trainer macht immer wieder den gleichen. Man muss sich eingestehen, wenn man vielleicht nicht auf dem richtigen Weg ist.«

#### Thomas Braun

»Ein Trainer muss das vorleben, was er fordert, also authentisch bleiben. Das ist ganz, ganz wichtig.«

#### Michael (Mitch) Pohl

»Meine Philosophie ist es, den Spielern zu helfen, ihre Ziele zu erreichen, und nicht Spieler zu benutzen, um meine Ziele zu verwirklichen!«

#### Faris Al-Sultan

»Ich schätze Drucksituationen, da sie einen Ausbruch aus der Routine bedeuten.«

#### Wolfgang Mader

»Wenn man an ein Ziel wirklich glaubt, es wirklich vom Innersten her erreichen will und einem das entsprechend viel wert ist, wird man den Preis (nicht unbedingt monetär), den man auf dem Weg zum Ziel zahlen muss (Schmerzen, Verletzungen, Stürze, Entbehnungen, Anstrengungen, Verzicht auf andere Dinge, Gegenwind und Unverständnis anderer etc.), gerne zahlen und sein Ziel erreichen.«

#### Benjamin Mazatis

»Meine größte Stärke liegt darin, dass ich bereit bin, mehr als andere für den Erfolg zu kämpfen, und daran noch meinen Spaß habe, mich selbst und meinen Körper zu bezwingen.«

#### Christian Tröger

»Erfolgreiche Sportler verfolgen ihre Ziele oftmals fokussierter und sind es gewohnt, auch aus Niederlagen positive Energie zu schöpfen.«

#### Armin Emrich

»Ein Trainer muss in der Lage sein, die Beziehungsebene und Motivation auf hohem Niveau zu halten, und er muss jeden einzelnen Typen in der Heterogenität seiner Mannschaft am Nerv treffen.«

#### Marinus Kraus

»Mentale Vorbereitung trägt dazu bei, dass ich meine bestmögliche Leistung erbringe.«

#### Regina Häusl-Leins

»Das Wissen, optimal vorbereitet zu sein, ist für mich ein sehr wichtiger Faktor, um konzentriert, fokussiert und mit der richtigen inneren Gelassenheit arbeiten zu können.«

#### Paul Eckert

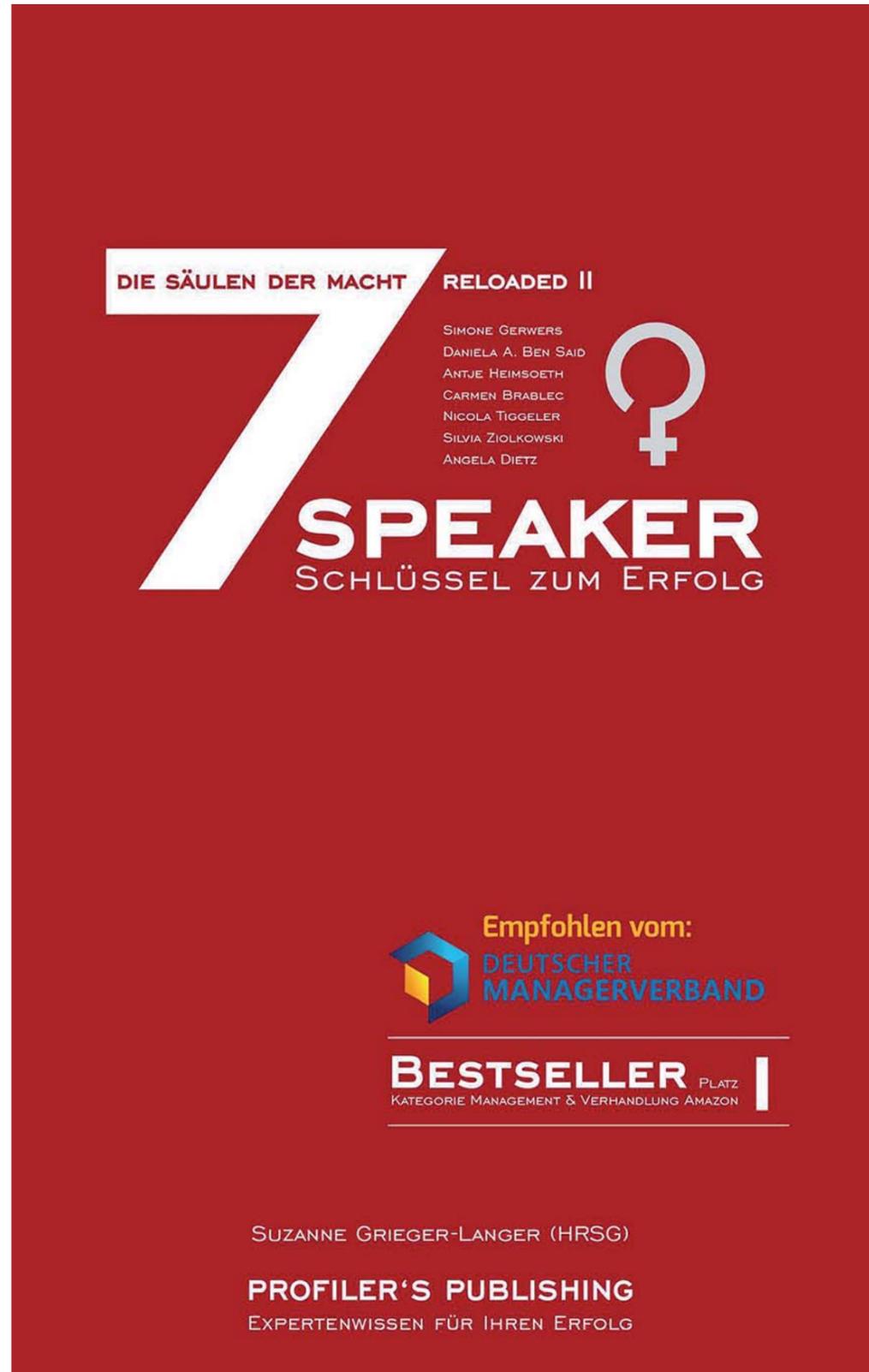
»Kopfkino durch die Helmkamera – so stell ich mir die ideale Fahrt vor.«



### Oliver Kahn hat das Vorwort geschrieben und stand als Interviewpartner zur Verfügung

Er ist eine weltbekannte Torwartlegende. Kaum einer hat mehr gekämpft auf dem Platz als Oliver Kahn, der »Titan«. Mit dem FC Bayern München wurde der gebürtige Karlsruher achtmal Deutscher Meister, sechsmal DFB-Pokal-Sieger und gewann 2001 die Champions League. Dreimal trug er den Titel »Welttorhüter des Jahres«. Dass er 2002 bester Spieler und Torhüter der Weltmeisterschaft war, zählt er selbst zu seinen größten Erfolgen. Seit dem Ende seiner sportlichen Karriere 2008 ist Oliver Kahn als Fußballexperte für das ZDF bei Länderspielen und der Champions League im Einsatz. Als Buchautor und Redner beschäftigt er sich mit den Themen Führung und Motivation. Mit der Oliver Kahn Stiftung unterstützt der heute 46-Jährige den weltweiten Aufbau von Bildungszentren für sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche. Ende 2011 hat Oliver Kahn sein Studium der Betriebswirtschaftslehre erfolgreich mit dem Titel »Master of Business Administration« abgeschlossen. Er hat drei Kinder und lebt in München.

»Es gab immer bessere Talente, also musste ich versuchen, mich auf eine andere Art durchzusetzen. Es war schnell klar, dass beim Torhüter der Kopf eine ganz entscheidende Rolle spielt.«



## Die 7 Säulen der Macht reloaded 2 7 Speaker – 7 Schlüssel zum Erfolg

Wieder laden 7 Persönlichkeiten die 7 Säulen der Macht neu auf. Hier sind es ausschließlich Frauen, die die weibliche Sicht auf die Macht zeigen und beweisen, dass sie den Männern nicht nur das Wasser der Weisheit reichen können, sondern diese direkt herausfordern.

Freuen Sie sich auf

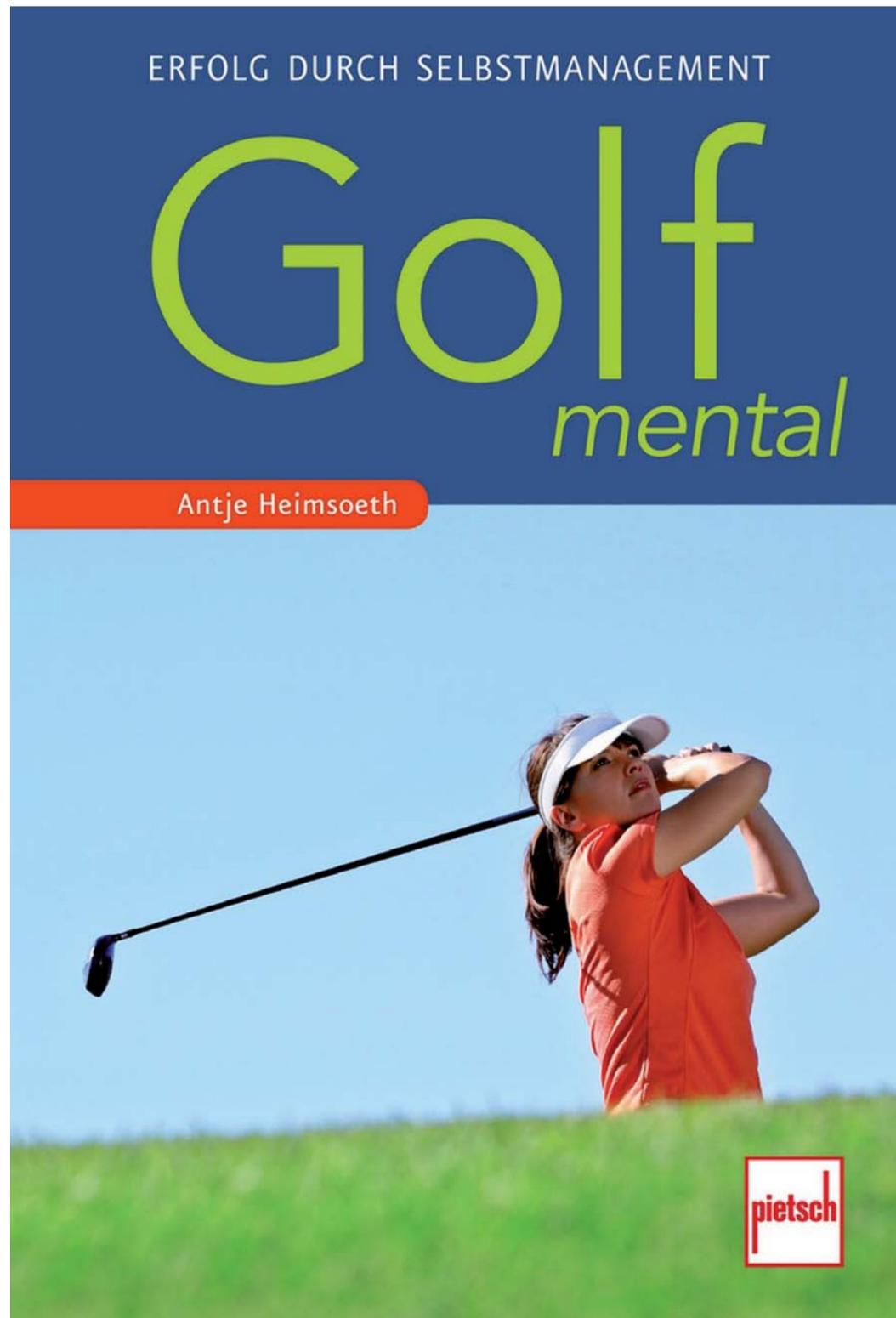
- die Stand-Up-Unternehmerin SIMONE GERBERS: Scheitern Sie sich nach oben
- die Kundenverblüfferin DANIELA BEN SAID: Geist statt Geld
- den Olympia-Faktor ANTJE HEIMSOETH: Siegen beginnt im Kopf
- die Markenübersetzerin CARMEN BRABLEC: Translate your brand
- die Stimmende NICOLA TIGGELER: Die 7 Säulen der Macht beStimmen
- die Zukunftsentwicklerin SILVIA ZIOLKOWSKI: Future-Zooming – wissen, wo's lang geht
- die Biologin der Kommunikation ANGELA DIETZ: Macht ohne Machtwort



Die 7 Säulen der Macht reloaded 2  
7 Speaker – 7 Schlüssel zum Erfolg  
Profilers Publishing  
Hrsg: Suzanne Grieger-Langer  
Autoren:  
Suzanne Grieger-Langer  
Daniela A. Ben Said  
Antje Heimsoeth  
Carmen Brablec  
Nicola Tiggeler  
Silvia Ziolkowski  
Angela Dietz  
August 2014  
Buch und Audiobook je 17,90 EUR

Bestseller Nr. 1 Management

Bestseller Nr. 1 in Fachbücher Wirtschaft



„ Genial – einfach genial!  
 »Ein Buch aus der Praxis für die Praxis. Einfach zu lesen, zu verstehen – und vor allem auch einfach umzusetzen! Als aktiver Golfer im mittleren Handicapbereich konnte ich mir nicht vorstellen, mein Handicap ohne zusätzliches Techniktraining spürbar weiter runter zu bringen. Nach dem Durcharbeiten von ungefähr der Hälfte des Buches lag ich auf einmal mit meinem Handicap rund 2,5 Punkte besser – und zwar dauerhaft.  
 Jetzt macht natürlich auch das Techniktraining wieder Spaß ;-) Ideal auch die 50 Coachingkarten, die jeder locker mit auf die Runde nehmen und im 'Ernstfall' zu Rate ziehen kann. Auch hieran merkt man: Aus der Praxis für die Praxis!«  
 Karl W. Hemmrich

„ Sofort anwendbar  
 »Ich bin zwar selber kein aktiver Golfer; das braucht man auch nicht unbedingt zu sein. In diesem Buch sind meines Erachtens in sehr einfacher und verständlicher Sprache viele Übungen dargestellt und es ist wunderbar beschrieben, wie es einem selber besser gelingen kann, im Sport erfolgreicher zu werden. Auch ohne Vorwissen bezüglich Mentaltraining ist es möglich, für sich selber die nötigen Techniken und Tools herauszufiltern und aktiv umzusetzen.  
 Ich kann das Buch nur jedem empfehlen, der an seiner eigenen mentalen Stärke arbeiten möchte und ein 'Handbuch' sucht, mit dem er selber sofort beginnen kann und sein eigenes 'Mentaltraining' zuhause durchführen kann.«  
 Florian Schwenter, Ski Trainer

„ professionell – praxisnah – empfehlenswert  
 »Ich war schon vom Buch 'Mental Training für Reiter' beeindruckt, ohne selbst aktiv im Reitsport zuhause zu sein. Als 'süchtiger' Golfer war ich umso mehr gespannt auf das neue Buch von Antje Heimsoeth. Ich wurde nicht enttäuscht – im Gegenteil. Der Inhalt ist fachlich fundiert und trotzdem verständlich, mit einem ganzheitlichen Ansatz und jeder Menge praktischer Beispiele und Übungen. Wer sich, wie ich, darauf einlässt wird feststellen, dass er gefordert wird. Das ist gut so, denn es gibt schon jede Menge andere Golfbücher, die nur für den Bücherschrank geschrieben wurden.  
 Man spürt auch in diesem Buch, dass Antje Heimsoeth ein Anliegen hat. Ob auf dem Golfplatz oder im 'normalen' Leben – ich konnte mit den Tipps und Empfehlungen bislang immer etwas anfangen.  
 Die Idee, das Buch mit wetterfesten(!) Karten und Karabiner für das Bag herauszugeben, finde ich übrigens genial. Wer nimmt schon ein Buch oder eine DVD mit auf den Golfplatz? Da erkennt man, dass Antje Heimsoeth nicht einfach nur ein weiteres Golf-Mental-Buch schreiben wollte, sondern uns Golfern mehr Spaß an unserem Sport verschaffen möchte. Ich meine, das ist gelungen. Danke!«

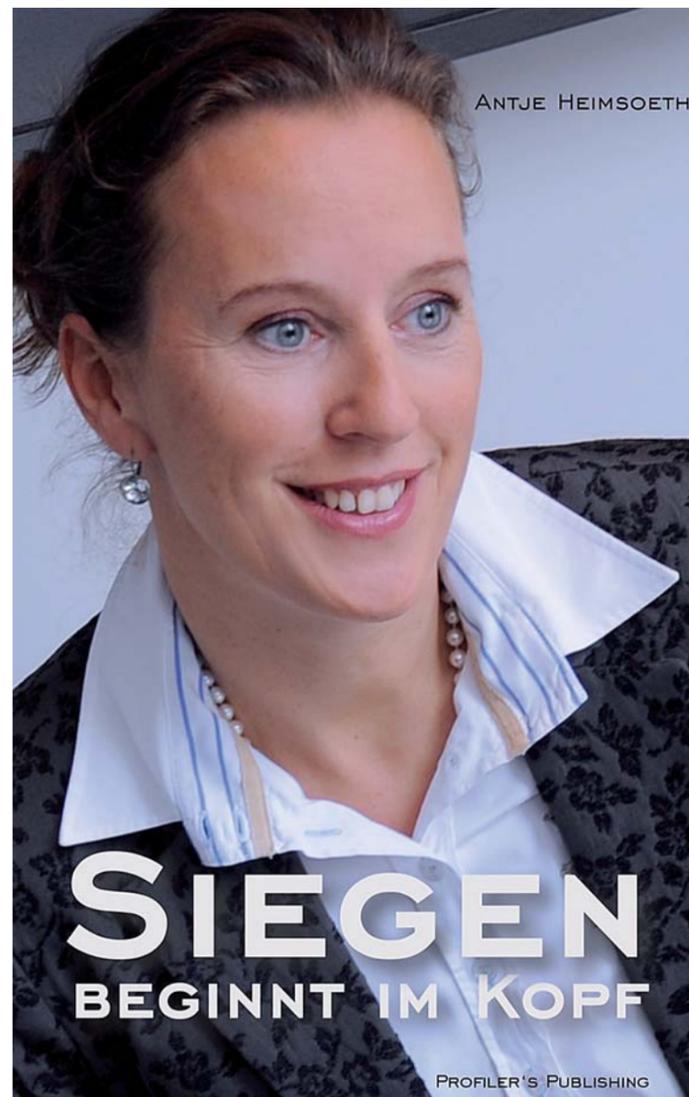
„ Es geht nicht (mehr) ohne – das Buch!  
 »Der 'Charly' als Störenfried in uns kann ganz schön aktiv werden und den guten Schlag vermiesen, woran er natürlich viel Spaß hat ... Antje zeigt auf, wie Mann und Frau den 'Charly' in den Griff bekommen, und dabei Stress, Angst und Unsicherheit soweit reduzieren, dass das Spiel Spaß macht.  
 Übungen für den Fokus der Aufmerksamkeit, Wahlfreiheit und Vertrauen stehen dabei im Vordergrund – alles Dinge, welche nicht nur der Golfer oft nutzen kann. Das Buch gehört zu meiner Golf-Ausrüstung – sozusagen als 15. Schläger mit dem der 'Charly' ruhigestellt wird.«  
 Lukas Michel, Schweiz

„ Hervorragend  
 »Voll aus der Praxis mit netten Anregungen, schön auch die Übungskarten zum Mitnehmen ... also das war für die Trainingsrunden beim Golfen perfekt!«  
 Heike Müller, Aachen

„ Sehr praxisorientiertes 'Golf Mental'  
 »Ich bin begeistert von der Fülle an Informationen, die mansich auch je nach dem eigenen Anliegen 'häppchenweise' auswählen kann. 'Golf Mental' bietet Golfspielern aller Couleur viel Wissenswertes und ganz viele konkrete Übungen, um mehr Spaß und Erfolg beim Golfen zu haben. Auch wenn man keine Turniere spielt, will man sich doch beim Golfen verbessern und irgendeine 'Baustelle' hat man ja immer! Besonders angesprochen haben mich die zahlreichen, tollen Illustrationen und Anleitungen zum Visualisieren. Die Anleitungen sind sehr genau beschrieben und gut nachvollziehbar. Praktisch sind die Coachingkarten am Karabinerhaken, die man sich ins Golfbag stecken, außen an den Golfbag hängen oder an der Kleidung anbringen kann. Die Übungen auf den Karten kann man nicht nur beim Golfspielen anwenden!«  
 Marion Klimmer

## Siegen beginnt im Kopf

Wer erfolgreich führen und mit seinem Team Ziele erreichen will, braucht ein gutes Selbstmanagement. Die Autorin weiß als Expertin für Selbstführung, Mentale Stärke und Motivation: Nur, wer sich selbst gut führt, körperlich wie mental, kann auch andere gut führen. Nur wer sich selbst vertraut, dem vertrauen auch Mitarbeiter. Die innere Haltung prägt unser Handeln, Denken und Fühlen und macht den Unterschied zwischen Erfolg und Scheitern. Antje Heimsoeth zeigt auf, wie wir unser Unterbewusstsein dirigieren und unseren inneren Dialog nutzen können. Sämtliche mentalen Techniken und Übungen sind praxisorientiert und einfach nachzuvollziehen. Die Expertin widmet sich dem Umgang mit Stress und erklärt, wie sich aus Niederlagen spätere Erfolge generieren lassen.



Bestellen bei [www.antje-heimsoeth.com](http://www.antje-heimsoeth.com) oder amazon.

Ein Buch mit Olympiafaktor:  
Go for Gold!

Broschiert 8,90 EUR  
Kindle Edition 1,99 EUR



Antje Heimsoeth in

## Sinnstifter Führen heißt Freiräume schaffen

Hrsg.: Michael Bandt

Autoren:  
Corinna Bähge,  
Michael Bandt,  
Suzanne Grieger-Langer,  
Antje Heimsoeth,  
Jan Petke,  
Johannes Glatze,  
Theo Prinz

Sprache: Deutsch  
Euro 19,95

Als Unternehmer und Führungskraft ist es unsere Aufgabe, die Vision und die Ziele des Unternehmens an unsere Mitarbeiter zu kommunizieren und sie dafür zu gewinnen, mit uns gemeinsam mit Spaß, Mut und Engagement an der Umsetzung zu arbeiten.

Hierbei steht die individuelle Behandlung jedes einzelnen Mitarbeiters im Vordergrund. Es gilt, Aufgaben und Zielvereinbarungen so zu gestalten, dass sie eine Herausforderung darstellen aber nicht zur Überforderung führen. Die Mitarbeiter aktiv bei der Erweiterung der

persönlichen Fähigkeiten zu unterstützen. Schrittweise mehr Verantwortung zu übertragen und den Mut am Gelingen zu fördern. Kontrolle als Hilfestellung zur Zielerreichung zu gestalten und für jeden einzelnen den nötigen Freiraum zur persönlichen Entwicklung zu schaffen.

Die Königsfrage einer jeden Führungskraft lautet: Wie mache ich mich selbst überflüssig, während die Ergebnisse immer besser werden?

In diesem Buch öffnen 7 Experten ihre persönliche Schatztruhe und geben ihre Erfolgsgeheimnisse der Mitarbeiterführung preis.

Antje Heimsoeth in

## Sinnstifter Selbstführung heißt denken, fühlen, handeln

Hrsg.: Michael Bandt

Selbstführung richtet durch den gezielten Einsatz innerer und äußerer Ressourcen die Gesamtheit der Person auf Ihre Vorhaben und Ziele aus. Voraussetzung ist eine gute Selbstkenntnis der inneren Kräfte, die einen antreiben. Entscheidend ist hierbei, welches Selbstbild man hat und welche Identität man sich gibt.

Hierzu gehört auch zu erkennen, welche Eigenschaften man sich in bestimmten Kontexten zuschreibt. Fragen wie »Wer bin ich als Führungskraft?« oder »Was sollen meine Mitarbeiter in ein paar Jahren über mich sagen?« können dabei dabei helfen, einen Zugang zur eigenen Identität zu finden.

Zum Verständnis der inneren Antriebskräfte gehört auch das Erkennen der eigenen Wertvorstellungen sowie das Wissen um die eigenen Gefühle und Überzeugungen, die das eigene Handeln bestimmen.

In diesem Buch öffnen 7 Experten ihre persönliche Schatzkiste und geben ihre Geheimnisse der Selbstführung preis.



Bestellen bei [www.antje-heimsoeth.com](http://www.antje-heimsoeth.com) oder amazon.