

**Info und Anmeldung**

Ich nehme mir gern Zeit für Sie

Der Christian Tschepp  
Obersimling 2  
A-5121 Ostermiething

Tel. (+43) 06278 – 79315  
@ info@christian-tschepp.at

**Ablauf**

Der Hummelflug findet in insgesamt 9 Modulen (à 3 UE) im Wochenrhythmus statt.

In jedem Modul behandeln wir ein Kernthema in Theorie und Praxis – mit Übungen und Experimenten sowie Praxisübungen für die Zeit zwischen den Seminarblöcken.

Es steht Ihnen natürlich frei, nur einzelne Module zu besuchen. Ich empfehle jedenfalls die ersten drei, weil wir darin Grundlagen erarbeiten.

Teilnehmeranzahl: max. 20

**Investition**

à Modul EUR 30,- oder  
Paket 9 Module EUR 240,-  
(= 1 Modul gratis) zuzügl. MwSt.

**Voraussetzungen**

Eine Portion Neugier auf sich selber und auf das Potential, das tief drinnen schlummert und auf Sie wartet.

**Ort und Termine**

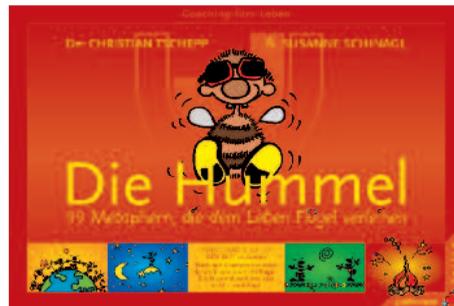
entnehmen sie bitte dem beiliegenden Infoblatt. Oder senden Sie eine kurze eMail.



**Der Christian Tschepp**

Kommunikationstrainer, Universitätsdozent.  
Buchautor, Illustrator, Graphiker, Musiker.  
Vater von Frederic.

Schauspielstudium. Werbung und Marketing. NLP, Suggestopädie, Dialog-Prozeß. Entwickelt und leitet Seminare. Lebt in Obersimling, der heimlichen Toskana Oberösterreichs.



Der Christian Tschepp & Susanne Schinagl:  
»Die Hummel« – 99 Metaphern, die dem Leben Flügel verleihen

Ein liebevoll illustriertes Kartenset mit Sprüchen, Zitaten und Weisheitsgeschichten als wertvolle Begleiter in allen Lebensphasen.

103 Karten in stabiler Box • vierfarbig • 21x15cm  
2. Auflage • 25,70 EUR (A) • 25,- EUR (D)

**Die Hummel**

Flügelfläche: 0,7 cm<sup>2</sup>      Gewicht: 1,2 Gramm

Nach den Gesetzen der Aerodynamik kann sie nicht fliegen. Die Hummel weiß das aber nicht ... und fliegt!

»Hummelflug«

Ein 9-Wochen-Programm,  
das Ihrem Leben Flügel verleiht.  
Wenn Sie wollen.

**Herzlich willkommen,** schön, dass Sie sich ein bisschen Zeit nehmen.



## Der Hummelflug Ein 9-Wochen-Programm, das Ihrem Leben Flügel verleiht!

Die Hummel fliegt, weil sie nicht »weiß«, dass sie nicht fliegen kann. Erinnert Sie das an etwas? Die Hummel tut nämlich genau **das, was wir alle als kleine Kinder ganz automatisch getan haben:** Wir haben gelernt zu gehen, weil wir nie daran gedacht haben, daß wir es nicht lernen könnten (obwohl das erst einmal eine schiere Unmöglichkeit war); wir haben nie bezweifelt, unsere Muttersprache zu erlernen – obwohl wir gerade einmal einige Laute artikulieren konnten. Wir haben gestrotzt vor Selbstbewußtsein und waren völlig unbeeindruckt von Rückschlägen.

### Aber dann ...

... hat der »Ernst des Lebens« begonnen, wir sind erwachsen und »realistisch« geworden. Wir haben gelernt, wo unsere Grenzen sind, was (uns) möglich ist und was nicht.

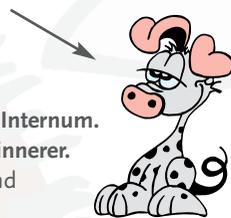
### Gute Nachrichten!

Die meisten dieser Begrenzungen existieren nur deshalb, weil wir **glauben**, daß es sie gibt! Höchste Zeit also, unsere vermeintlichen Grenzen wieder zu »verlernen«! Höchste Zeit für einen Hummelflug!

Der Hummelflug ist eine ebenso vergnügliche wie tiefgehende Auseinandersetzung mit sich und den eigenen Mustern und Gewohnheiten, mit denen wir uns so häufig selbst im Wege stehen. Eine »**Bedienungsanleitung für sich selber**«, die richtig Spaß machen kann!

Wie trainiere ich meine »**Entscheidingsmuskeln**«? Wie gewinne ich **Selbstbewußtsein und Sicherheit**? Wieso scheitern Diäten/Rauchen aufhören/sich gesünder ernähren/ ... oft trotz eisernem Willen und wie gehe ich vor, damit es klappt? Wie kann ich gezielt **Einfluß auf meine Gedanken und Gefühle** nehmen? Wie kann ich für **dauerhafte** Veränderungen sorgen?

Sie lernen Ihr mächtiges »**Steuerinstrument**« – **das Unterbewusstsein** – kennen und auf eine Art und Weise zu bedienen, die Sie unterstützt und fördert. Wir untersuchen, wie Sie mittels Visualisierung **gesundes und legales »Doping«** betreiben können; wie Sie mit einer Portion Egoismus **sich selbst und andere unterstützen** und zu echtem **Selbstvertrauen** gelangen können. Und wir werden einem alten Bekannten begegnen:



**Canis Porcinum Internum.**  
**Schweinehund, innerer.**  
Benötigt dringend etwas Auslauf!

Das Leben zu ändern heißt, seine (unbewussten Denk- und Verhaltens-)Gewohnheiten zu ändern. Das werden wir tun – mit **einfach zu erlernenden Werkzeugen und Techniken** (die auch im Managementtraining und im Spitzensport erfolgreich eingesetzt werden).

## Warum mehrere Teile?

Es ist **wie beim Erwerb einer Fremdsprache:** Kontinuierliches Training ist effektiver und nachhaltiger, als geballt am Stück: In neun Wochen können Sie **viele »Werkzeuge« ausprobieren, Erfahrungen austauschen, Kurskorrekturen vornehmen, Theorie und Praxis wiederholen und integrieren.** In neun Wochen (in denen Sie »am Ball bleiben«) können Sie ganz **neue Denk- und Verhaltensmuster entwickeln.** Wenn Sie wollen.

## Für wen und wofür?

Das Geniale daran: wenn Sie diese »**Bedienungsanleitung für sich selber**« einmal verstanden und integriert haben, können Sie Ihre neuen Fertigkeiten nutzen, wie immer Sie möchten:

**Beruflich genauso wie privat;** um Ihre Beziehungen zu verbessern oder um Ihr Einkommen zu erhöhen; um gelassener zu werden, selbstsicherer oder geduldiger; um endlich abzunehmen oder sich einen verloren geglaubten Lebenstraum zu verwirklichen – die »**Werkzeuge**« sind immer dieselben.

## Wenn das so einfach wäre

... dann würde es doch jeder tun, stimmt's? Stimmt. Und es wird Sie vielleicht verwundern zu hören: das tut auch jeder! Tagtäglich schaffen wir tausende von Gedanken, Bildern, Gefühlen in uns. Meistens unbewusst. Und häufig hinderlich und destruktiv. Die Frage ist also **nicht »ob«, sondern »wie«.** Zeit für einen Hummelflug? Ich freue mich auf Dich und auf Sie!

## Die Module im Einzelnen:

**MODUL »Sei doch realistisch!«**  
Die emotionale Grabkammer namens Realität

**MODUL »Ab morgen wird alles anders!«**  
Training der Entscheidungsmuskeln

**MODUL **Gewohnheit ist die zweite Schwerkraft****  
Sein Leben zu ändern, heißt seine Gewohnheiten zu ändern.

**MODUL »Ich fühle mich so ...«**  
Gefühle sind der Schlüssel beim Erschaffen unserer Wirklichkeit. Das können wir steuern.

**MODUL**  
**Der »Eiserne Wille« und andere Märchen**  
Wenn Wille und (unbewußter) Glaube sich gegenüberstehen, unterliegt der Wille. Immer.

**MODUL **Wörter machen Leute****  
Wie unsere alltägliche Sprache unser Verhalten beeinflusst und es schliesslich diktiert

**MODUL **Das Denken erschafft die Welt ...****  
... und behauptet dann: Ich war es nicht!

**MODUL »Ich höre was, was du nicht sagst«**  
Die machtvolle »Sprache ohne Worte«

**MODUL**  
**Wollen Sie recht haben oder glücklich sein?**  
Beides gleichzeitig geht nicht

+ integriertes **MODUL:**  
**»Die große Herausforderung«**  
Abschliessend ein persönliches 10-Tages-Training, mit dem Sie Ihr Leben (oder einen Bereich davon) in eineinhalb Wochen dramatisch verändern können!

Doch, das ist möglich.