

DGAK KinesiologieTag Minden


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

Selbstvermarktung steigern mit Kinesiologie

Authentisch und souveränes Auftreten
&
zielorientiertes Agieren

DGAK-KinesiologieTag Minden




Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.


Anita Berres - Die „Equi-Libristin“

Unternehmensberaterin und Coach
Wirtschaftskinesiologin, Mediatorin



„Meine Leidenschaft ist Vertrieb, vor allem authentische Selbst-Vermarktung. Daneben strategische Führung im unternehmerischen wie persönlichen Sinn sowie ganzheitliche Zielführung zum Erfolg.“

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 2


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

WIRTSCHAFTSKINESIOLOGIE

Kinesiologie heute =

- komplexes System verschiedener Methoden
- bildet in ihren unterschiedlichen Ausrichtungen eine Synthese aus modernen Erkenntnissen der Neurologie, Medizin, Psychologie, etc. sowie „altem“ Wissen wie beispielsweise TCM.

Entsprechend den Anforderungen im beruflichen und wirtschaftlichen Kontext bietet die Methode der **Wirtschaftskinesiologie** effiziente und nachhaltige Ansätze zur Persönlichkeitsentwicklung auf allen Ebenen.


Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 3



Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

SELBSTVERMARKTUNG

Selbst Bewusst Sein

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 4


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.




Bewusst



Sein

Selbst

Selbst-X
Selbst-Y
Selbst-Z
...

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 5


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

Sein

Selbst

Bewusst

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 6

DGAK KinesiologieTag Minden

DGAK
Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.



Selbst



Bewusst



Sein

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 7

DGAK
Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

SELBSTVERMARKTUNG

- Pyramidal!
- Perfektion?
- Power-Team

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 8

DGAK
Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

VORSTELLUNG

- Vorname
- Meine größte Stärke
- Mein schönster Erfolg
- Wenn ich mich selbst besser vermarkte, dann ...
- Mein Vorbild ist ...

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 9

DGAK
Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.


SELBSTVERMARKTUNG

- Pyramidal!
- Perfektion?
- Power-Team

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 10

DGAK
Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

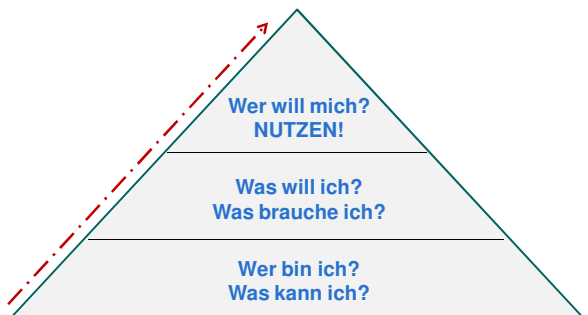
Wenn ich an meine eigene Selbstvermarktung denke,
wer oder was hindert mich,
mich optimal und mit Leichtigkeit zu „verkaufen“?



Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 11


DGAK
Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

SELBSTVERMARKTUNGSPYRAMIDE




Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 12


DGAK KinesiologieTag Minden


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.


Welchen Nutzen biete ich anderen Menschen?



Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 13


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

ESR



Stress-Faktor 1

A) %


Herausforderung „Mein Nutzen“

B) %


Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 14


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

„Was mir positiv an Ihnen aufgefallen ist ...“




Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 15


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.


SELBSTVERMARKTUNG

- **Pyramidal!**
- **Perfektion?**
- **Power-Team**


Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 16


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

**Was würdest Du tun (beruflich, unternehmerisch, ...),
wenn alles, was Du tust,
100 %-ig erfolgreich wäre (finanziell, persönlich, ...)?**



Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 17


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

Work-Life-Balance

Leichtigkeit **Glück**

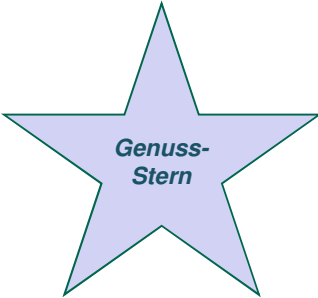
Genuss-Stern

Freude **Rhythmus**

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 18

DGAK KinesiologieTag Minden

DGAK
Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.



**Genuss-
Stern**

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 19

DGAK
Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.


„ICH BIN PERFEKT!“


Lateinisch:
perfectus = vollendet, vollkommen
per- = völlig, ganz
 +
ficere = Nebenform zu *facere* = machen

„vollständig gemacht“

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 20

DGAK
Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.





Stress-Faktor 2

A) %

Herausforderung „Ich bin perfekt!“

B) %

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 21

DGAK
Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

SELBSTVERMARKTUNG

- Pyramidal!
- Perfektion?
- Power-Team

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 22

DGAK
Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

SMARTE ZIELE

S specific

M measurable

A achievable

R result-oriented

T time-framed



Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 23

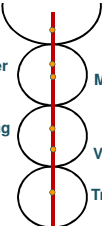
DGAK
Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

„ZIELE UND IHRE KONSEQUENZEN“

Weltbild

Gedankenmuster

Erwartung



Meinung

Verhaftung

Trauma

geistig

mental


emotional

physisch

○ Ebene
 ↑ Ziel
 ● Stressfaktor


Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 24

DGAK KinesiologieTag Minden


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

HALTUNG UND EINSTELLUNG

„Persönlichkeit erkennen, einbringen und reflektieren“
Prof. Friedemann Schulz von Thun



Methode: „Das innere Team“
Kommunikationspsychologisches Modell

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 25


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

DIE AUFSTELLUNG DES INNEREN TEAMS



Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 26


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

METHODIK


1. Identifikation der Teilnehmer an der Aufführung
2. Anhörung der Einzelstimmen der Rollenträger
3. Freie Diskussion
4. Moderation durch den Beobachter
5. Lösungsoptionen
6. Integration und integrierter Ausdruck




Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 27



Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 28


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.



**„Traue Dich,
bemerkenswert
zu sein.“**

Albert Schweitzer

Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 29


Deutsche Gesellschaft für
Angewandte Kinesiologie e.V.

ABSCHLUSS-VISUALISATION



Anita Berres // Berres – Strategie & Kinesiologie Folie 30

DGAK KinesiologieTag Minden



Anita Berres

76337 Waldbronn/Karlsruhe

07243 / 21 66-6
berres@berres.biz