

## Literaturliste

Vortrag Forum 7-IT am 17.3.2014

**Maja Storch, „Machen Sie doch, was Sie wollen!“ Wie ein Strudelwurm den Weg zu Zufriedenheit und Freiheit zeigt**, Verlag Hand Huber, Bern, 1.

Nachdruck 2010

**Maja Storch, Frank Krause, „Selbstmanagement – ressourcenorientiert“ Grundlagen und Trainingsmanual für die Arbeit mit dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM)**, Verlag Hans Huber, Bern, 4. Auflage, 2009, ISBN 978-3-456-84444-2

**Maja Storch, Julius Kuhl, „Die Kraft aus dem Selbst“ Sieben PsychoGyms für das Unbewusste**, Verlag Hans Huber, Bern, 2. Auflage, 2013, ISBN 978-3-456-85256-0

**Maja Storch, Benita Cantieni, Gerald Hüter, Wolfgang Tschacher, „Embodiment“ Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen**, Verlag Hans Huber, Bern, 2. Auflage, 2010, ISBN 978-3-456-84837-2

**Britta Heidemann, „Erfolg ist eine Frage der Haltung“**, Ariston Verlag in der Verlagsgruppe Random House GmbH, o.O 2011, ISBN 978-3-424-20061-4

**Manfred Spitzer, „Nervensachen“ Geschichten vom Gehirn**, Verlag Suhrkamp, Stuttgart, 2003, ISBN 3-518-45697-0

**Manfred Spitzer, „Selbstbestimmen“ Gehirnforschung und die Frage: Was sollen wir tun?, Spektrum Akademischer Verlag, Heidelberg 2004**

**Hans-Georg Häusel „Think Limbic!“ Die Macht des Unbewussten verstehen und nutzen für Motivation, Marketing, Management, Verlag Rudolf Haufe, Planegg, 2002, ISBN 3-448-04978-6**

Zeitschrift:

**Spektrum der Wissenschaft Dossier 2/11 „Faszinierendes Gehirn“, Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH, Heidelberg**

Viel Spaß beim Lesen

Anna Atze

- 1. Schreiben Sie zwei „Erfolge“ auf. Ihr Nachbar fragt sie, welche Fähigkeiten Ihrerseits nötig waren, um diese Erfolge zu ermöglichen.**
- 2. „Daumenübung“**
- 3. Wie interpretieren Sie den Titel „Machen Sie doch was Sie wollen“ spontan?**
- 4. Wir sind erwachsen. Wir dürfen machen, was wir wollen, oder?**
- 5. Machen Sie tatsächlich das, was Sie wollen? (Prozentsatz?)**
- 6. Wissen Sie eigentlich überhaupt, was sie wollen? Wieviel Fremdsteuerung und wieviel Eigensteuerung herrschen in ihrem Leben?**
- 7. Sie wissen oft nicht, was Sie wollen, woran liegt das?**
- 8. Wo sehen Sie sich, wenn Sie 63 Jahre alt sind?**
- 9. Situationen, in denen bei Ihnen Selbstmanagement nötig ist.**
- 10. Was mag mein Wurm?**