

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?**