



Lebensbereichs-Handbücher als Leitfäden zur Selbsthilfe

Produktionsweg und Arbeitsweise zur Erstellung unserer Seminar- u. Schulungsunterlagen.



Ein ausgewähltes Berater-Team (Lebens-Bereichs-Coaches) der Amicas Lebensschule, mit **fundierte[n] Kenntnissen in diesem Lebensbereich** der "Glückspyramide der Lebensqualität" und **viel Praxiserfahrung** hat für sie

- unzählige Ratgeber, Broschüren und Bücher zum Thema gelesen und aufgearbeitet.
- Experten auf diesem Bereich interviewt.
- div. Studien zum Thema durchgeackert.
- Marktforschung und Recherche im Internet betrieben.

um dann daraus, ein übersichtliches "**Lebens-Bereichs-Handbuch**" zu erstellen.

Mit Hilfe dieses Handbuchs können Sie dann, für diesen Lebens-Bereich,

- Basiskenntnisse komprimiert erwerben
- Problemstellungen erkennen
- Persönliche Ziele definieren
- Ein Konzept zur Umsetzung erstellen
- Erfolgskontrolle betreiben
- und falls nötig
 - die eine oder andere Schulung besuchen bzw.

- ein ergänzendes Individualtraining mit einem "Lebens-Bereichs-Coach" der Lebensschule buchen.

Informationsaufbereitung, Sortierung und systematische Strukturierung



Das jeweilige Lebens-Bereichs-Team der Amicas Lebensschule erstellt aus allen gecheckten Informationsquellen dann in Teamarbeit sogenannte "**Lebens-Bereichs-Handbücher**", optimiert als „**Leitfäden zur Selbsthilfe**“, die von unseren Kunden sowohl

A) zum **Selbststudium**, als auch

B) im Rahmen einer Schulung als **Seminarunterlagen**

erworben werden können. Es handelt sich dabei um denselben Leitfaden.

Diese Unterlagen werden auch als Basis-Schulungs-Unterlagen von unseren Trainern eingesetzt.

Grundaufbau (Charakter) der Lebens-Bereichs-Handbücher

Die Entwicklungsvorgabe lautet immer "**Leitfaden zur Selbsthilfe**". Dies bedeutet, die **Lebens-Bereichs-Handbücher** sind so aufgebaut, damit sich sein Nutzer mit der Zeit zum "**eigenen Coach**" entwickeln kann.

Dabei sind alle Handbücher klar und systematisch durchstrukturiert und in ihrer **Informationsaufbereitung** so weit als möglich **genormt**.

Zur leichteren Auffassung sind die Inhalte mit Grafiken und Bildern aufgelockert.

Fachbücher (aus unserer Fachbibliothek) und deren inhaltliche Aufbereitung zur optimalen Nutzung

Fachbücher bilden eine wesentliche Basis und Informationsquelle für die Erstellung von Handbüchern. Die Lebensschule hat dabei ein System entwickelt, wie **Fachbücher** und deren **Kernaussagen und Lehrinhalte optimal und einfach verständlich aufbereitet werden können**. Sie finden diese Inhalte, **sauber strukturiert** und damit "**leichter verdaulich**" in ihren Handbüchern zum Beispiel als

- Handbuch (Schulungsunterlagen) allgemein
 - Arbeitsblatt
 - Arbeitsrichtlinie
 - Checkliste
 - Übung zum Nachmachen, Praxistest
 - Entspannungs- u. Auflockerungsübung
 - Gruppenarbeit
 - Motivations-Hinweis
- Aufbereitet als
 - Lebens-Gluecks-Tipps
 - Affirmationen
 - Lebenserkenntnisse, Lebenswertstellungen u. Lebensprioritäten
 - Lebensweisheiten, Sprüche und Zitate
 - Lebensgesetze

Schulungs- u. Entwicklungsziele

Abhängig von den Anforderungen und Problemstellungen im jeweiligen Lebensbereich werden individuelle Schulungs- u. Entwicklungsziele, auch für den Persönlichkeitsbereich definiert und herausgearbeitet. Die Unterlagenproduktion erfolgt nach der hier beschriebenen, ablaufgenormten Arbeitsweise nur, soweit dies auch möglich ist. Normung und Informationsstrukturierung daher nur dort, wo es sinnvoll und auch im Sinne unserer Trainer und Mandanten, einsetzbar ist.

Gesamtnutzen und Vorteile durch den Besitz eines "Lebensbereichs-Handbuchs"

- Sie erwerben **komprimiertes Wissen, leicht verständlich aufbereitet**
- und **sparen sich** damit jede Menge **Zeit**, indem Sie die Unterlagen nicht selbst lesen und professionell aufbereiten müssen.
- Sie erhalten einen **fundierten Überblick**, worauf es in dem Lebensbereich ankommt.
- Sie können diese Handbücher immer mit Ihren **eigenen Inhalten auffüllen**, damit es auch "**zu ihrem persönlichen, individuellen Lebens-Bereichs-Handbuch**" wird.



Stand. 2022-09-26