



NET

NEURO EMOTIONALE TRANSFORMATION

EMOTIONEN

ERKENNEN + VERSTEHEN + AKTIVIEREN



EMOTION HEROES - Stefan Sohst
Danziger Straße 26c
21465 Wentorf bei Hamburg

stefan@emotion-heroes.de
+49 40 8198 3413



Inhalt

Was ist NET?.....	3
Schritt 1 – Emotionen erkennen.....	3
Schritt 2 – Emotionen verstehen.....	3
Schritt 3 – Emotionen aktivieren.....	3
Das Ergebnis.....	3
NET -PRACTITIONER.....	4
Meine Emotionen – meine Kraft.....	4
Schritt 1 – Die Webinar-Serie.....	5
Schritt 2 – Das Life-Event.....	5
Das Zertifikat.....	6
Das Mentoring.....	6
NET -MASTER.....	7
Meine Emotionen zeigen Wirkung.....	7
Teil 1 – Das Präsenzseminar.....	7
Teil 2 Online – Vorbereitung auf die Praxisaufgaben.....	8
Vorbereitung auf die Praxisaufgabe – Termin1.....	8
Boxenstop: Wie ist es bisher gelaufen, wo haben wir Probleme, wie lösen wir sie -Termin 2.....	9
Boxenstop 2: Resümee und Ausblick, wie geht es weiter – Termin 3.....	9
Das Zertifikat.....	9
NET -Trainer.....	10
Kompromisslos emotional.....	10
5 Tage Präsenzseminar.....	11
Die Abschlussprüfung.....	12
Das Zertifikat.....	12
Hof Hellerholz.....	Fehler! Textmarke nicht definiert.
Das sagen Andere über Hellerholz:.....	Fehler! Textmarke nicht definiert.

Was ist NET?

NET ist eine Methode, die eigene Emotionalität zu einer aktiv einsetzbaren Ressource zu machen.

NET bedeutet Neuro Emotionale Transformation.

Emotionen sind die Kraft, die alles menschliche Leben antreibt. Sie sind die Grundlage unserer Gesundheit, unserer Motivation und unserer Fähigkeit aus Ideen Realitäten zu formen.

Unsere Emotionen steuern unser Denken und unsere Kommunikation. Selbst das, was wir Rationalität nennen, ist ein Produkt unserer Emotionen.

Alle unsere Emotionen haben ein sinnvolles Ziel, die angenehmen genauso wie die, die uns unangenehm scheinen.

Damit unsere Emotionen genau zugänglich werden wie unsere Sprache, brauchen wir die Gelegenheit den Umgang damit zu lernen. NET macht das in 3 Schritten:

Schritt 1 – Emotionen erkennen

Emotionen können wir Menschen empathisch wahrnehmen und genauso eindeutig identifizieren wie Gerüche, Farben oder Geräusche. Dafür brauchen wir Erfahrungen für uns selbst und im kommunikativen Bereich gemeinsame Erfahrungen und einen gemeinsamen Wortschatz. NET arbeitet hierfür mit dem NET-Circle©, einer grafischen Übersicht über alle 7 Grundemotionen.



Schritt 2 – Emotionen verstehen

Jede Emotion verfolgt ein Ziel. Wenn ich das Ziel kenne, weiß ich, was in mir vor sich geht, was ich im Moment gerade für Absichten verfolge auch dann, wenn meine Gedanken anderer Meinung sind.

Weiterhin gibt es zwischen meinen Gefühlen und den Gefühlen anderer Menschen Abhängigkeiten. Wenn ich diese Abhängigkeiten verstehe, kann ich die Signale von mir selbst und aus meinem Umfeld viel besser einordnen. Diese Abhängigkeiten sind in 7 NET-Gesetzen formuliert und einfach zu lernen.

Schritt 3 – Emotionen aktivieren

Die NET-Methode arbeitet mit einem ganzen Koffer voll Methoden, die eigene Emotionalität so verfügbar zu machen wie das Atmen. Was anfangs noch über innere Bilder, erinnerte Erlebnisse oder körperliche Erfahrungen bewusst angestoßen wird, ist bald auf einem Stand auf dem du die meisten Dinge intuitiv so tust, wie du es dir für dein Leben wünschst. Wenn du also Freude brauchst kannst du sie abrufen, und wenn deine Situation Widerstandskraft braucht, kennst du die Emotion, die du dafür brauchst und weißt, wie du sie aufrufst.

Das Ergebnis

Dein Leben, souverän in deiner eigenen Hand!

Die NET-Ausbildungsziele sieht 3 Abschnitte vor, die dich zum Emotionen-Profi machen:





EMOTION HEROES
FREUDE AN VERANTWORTUNG

DIE AUSBILDUNG ZUM NET-PRACTITIONER



Den geheimen Code deiner Emotionen knacken!

Step-by-Step zu mehr Souveränität im Beruf und Alltag

Wenn du bisher dachtest, dass sich Emotionen nicht oder sehr schlecht steuern lassen, dann wird dich diese exklusive Online-Ausbildung überraschen. In 7 Wochen lüften wir das Geheimnis deiner Emotionen. Lerne deine emotionale DANN kennen und nutze sie gewinnbringend für dich und andere. Aktiviere dein emotionales Potenzial für mehr Glück, Zufriedenheit und Souveränität im Beruf und Alltag.

Was dich erwartet:

- 🅓 Was die 7 Basisemotionen für mehr Zufriedenheit und Stabilität im Leben sind.
- 🅓 Wie du diese 7 Basisemotionen für dich und andere erfolgreich nutzt.
- 🅓 Wie du Emotionen von dir und anderen richtig analysierst.



- 📌 Wie du den Vertrauens-Code deines Gegenübers gekonnt entschlüsselst.
- 📌 Wie du schnell eine Verbindung zu anderen Menschen aufbaust.
- 📌 Wie du im Beruf und Alltag souverän mit deinen Emotionen umgehst.
- 📌 Wie du bei emotionalen Ausbrüchen deines Gegenübers angemessen reagierst.
- 📌 Wie du deine Intuition noch weiter ausbaust.

Wie wir mit dir arbeiten:

- 📌 7 Wochen
- 📌 Jede Woche montags eine Stunde sowie freitags eine Stunde geballtes Fachwissen und Training in Live-Online-Sessions, mit Wochenaufgaben und Feedback-Runden.
- 📌 Zwei Nachbereitungs-Sessions.

Der Ablauf

Das Online-Training

Die Webinar-Serie

7 Lektionen – 7 Emotionen – du schaust sie dir an, wann du willst. Wenn dir noch Kenntnisse fehlen, schaust du dir die entsprechende Emotion noch einmal an

In jeder Lektion bekommst du Praxisaufgaben und Arbeitsunterlagen, mit denen du üben kannst, z.B. mit deinem original NET-Emotion-Mixing-Board.

Zum Abschluss nimmst du am ESQ7 teil, dem emotionalen Status-Quo um festzustellen, wie gut deine Emotionen bereits performen.



Schritt 2 – Das Life-Event

3 Tage Emotionen Life. Alle Teilnehmer haben jetzt das grundlegende Wissen über alle 7 Basis-Emotionen. Jetzt geht es daran, diese Kenntnisse Life in Action zu bringen.

Die ersten 3 Gesetze von NET lernst du kennen und anwenden.



Mit eurem Trainer erlebt ihr gemeinsam, wie wirkungsvoll deine inneren Kräfte arbeiten. Du wirst alte Grenzen überschreiten und neue Freiheiten für dein Leben mit Familie, Freunden, Partnern und anderen Menschen entwickeln.



Das Zertifikat

Nach diesen 3 Tagen bist du ganz offiziell NET-Practitioner. Du erhältst deine Urkunde, und darfst das nebenstehende Siegel führen, d.h. es auf deiner Website oder deinen Druckdokumenten abbilden.

Das Mentoring

Zur Vertiefung ist im Packet auch dies enthalten: In Online-Life-Sessions via Zoom, nimmst du an den gemeinsamen Mentoring-Sessions teil. Diese werden ca. 2 Wochen nach dem Life-Event, und dann im Abstand von ca. 4 Wochen angeboten. Wir wollen ganz sicher sein, dass du mit deinen neuen Methoden gut in den Alltag startest. Wir tauschen Erlebnisse aus, beantworten Fragen, und bereiten dich, wenn du willst auf den 2. Ausbildungsschritt schon ein bisschen vor.

Preise und Termine findest du bei uns auf der [Website](#) oder bei den NET-Anbietern.



EMOTION HEROES
FREUDE AN VERANTWORTUNG

DIE AUSBILDUNG ZUM

NET-MASTER



Meine Emotionen zeigen Wirkung

Ich kenne meine Emotionen gut, jetzt nehme ich Andere mit auf die Reise. Im NET-Master-level lernst du vor allem, deine Kraft zu nutzen um Andere Menschen zu unterstützen, ihre eigenen Emotionen kennenzulernen und zu verstehen.

Voraussetzung für diese Ausbildung: Abschluss NET-Practitioner.

Teil 1 – Das Präsenzseminar

1. Emotion Level Rise

5 Tage kraftvolles Training. Gemeinsam werden wir die Kraft unserer Emotionen weiter verstärken und dabei auch die Geschwindigkeit des Wechsels von einer Emotion in die andere. Dies ist quasi die Schlüssel-Kompetenz, um anderen Menschen zu helfen, die Kraft ihrer eigenen Emotionen zu entdecken. Deine Kollegen, deine Trainingsteilnehmer oder Patienten werden daran deine Kompetenz erkennen und deine Familie das Gefühl erhalten, konstruktiv von dir geführt zu werden.



Wir werden in diesem Kurs mit dem NET-Mastercircle arbeiten. Du wirst trainieren, deine Emotionen nicht nur bei Bedarf hoch- und runterzufahren, sondern auch sie in Hochgeschwindigkeit auf bestimmte Level zu beamen.

2. **NET Practitioner – der Trainingsdurchlauf**

Anhand des Practitioner-Lehrgangs entdeckst du die Backstage-Geheimnisse der emotionalen Einflussnahme. Egal ob du als Therapeut, Führungskraft, Trainer oder einfach Familienmensch an diesem Kurs teilnimmst: Mit der Masterausbildung nimmst du eine Führungsposition ein. Die kannst du am Besten wahrnehmen wenn du weißt, worauf es im Emotionen-Training ankommt.

Der klassische Durchlauf von 7 Emotionen in 3 Tagen Präsenztraining. Das ist eine kurze Zeit die dann erfolgreich verläuft, wenn die Teilnehmer von ihren eigenen Erlebnissen nachhaltig beeindruckt bleiben. Ob das gelingt liegt am Trainer. Ihr bekommt den Überblick im Umgang mit den Materialien. Außerdem lernt ihr die Übungen kennen die wir in Präsenztrainings anbieten.

3. **Emotionen präsentieren**

Eine Emotion zu präsentieren braucht ein gutes Story-telling und dabei eine gute emotionale Präsenz, die dein Publikum reflektieren kann. Die Aufgabe ist es zu berühren, ohne zu dominieren – ein feiner Grad der Entschlossenheit und Aufmerksamkeit braucht, balanciert durch einen kühlen Kopf. Wir üben das in 2er-Teams und danach auch einzeln. Zu jeder Präsentation gehört dann noch eine gemeinsame Übung, die du anleiten musst.

4. **Die NET-Gesetze 4-7**

Auch die Abhängigkeiten zwischen den Emotionen werden komplexer. Doppel-Komplementäre sind die Geheimformel für blitzschnellen Emotionen-Wechsel. Das ist nicht nur auf der Bühne ein Highlight. Jeder der in der Situation stand komplizierte Gespräche führen zu müssen, unangenehme Situationen zu meistern oder große Verantwortung zu übernehmen, wird diese Optionen lieben.

5. **Einführung des ESQ7**

In Zeiten des Assessment-Centers sind Menschen sehr feinfühlig in Hinblick auf Persönlichkeitsauswertungen. Ihr lernt, wie man damit respektvoll und dennoch perspektivenbetont umgeht.

Teil 2 Online – Vorbereitung auf die Praxisaufgaben

3 Termine a 2/2/1 Stunden

Vorbereitung auf die Praxisaufgabe – Termin1

1. Die Praxisaufgabe besteht darin, dass du 5 anhand eines ESQ7-Testes erklärst worin ihre Stärken bestehen, und was ggf. ihre Herausforderungen sein könnten. Ein solches Gespräch geht über 2 Stunden. Du lernst den Aufbau eines solchen Gespräches kennen.



2. Du erhältst dafür 5 Gratis-ESQ7 Auswertungen, die deine Kunden durchführen, und die du zugesandt bekommst.
3. Wer nimmt an solchen Gesprächen teil, wie finde ich Teilnehmer? Wir tauschen uns aus wie du Menschen findest und welches emotionale Setting du brauchst, um sie dafür zu begeistern.
4. Wie benutzen wir solche Termine, um Menschen in ein EMOTIONS-ONE Seminar Online, als Präsenz-Seminar oder Bildungsurlaub einzuladen?
5. Wie dokumentiere ich die geführten Gespräche?

Boxenstop: Wie ist es bisher gelaufen, wo haben wir Probleme, wie lösen wir sie - Termin 2

1. Wie verbessern wir die Zufriedenheit mit den Ergebnissen, die wir mit unseren Einstiegskunden gemacht haben?
2. Überprüfung der Dokumentation. Das Emotions-Trainer-One Zertifikat erhältst du, sobald wir deine Projektdokumentation gesehen haben und als der Aufgabe entsprechend beurteilt.

Boxenstop 2: Resümee und Ausblick, wie geht es weiter – Termin 3

Das Zertifikat

Aus dem Masterzertifikat ergibt sich:

1. Du hast den NET-Lizenzvertrag unterzeichnet wenn du andere Menschen als NET-Master trainieren willst.
2. Du verpflichtest dich die NET-Methode wie gelernt weiterzugeben.
3. Du bist bei NET als NET-Master gelistet
4. Du kannst dort ein Profil mit deinen weiteren Qualifikationen hinterlegen
5. Du bist Teilnehmer der NET-Trainer-Group und kannst dich dort austauschen
6. Du bist berechtigt ESQ7-Auswertungen mit deinen Kunden zu machen
7. Du kannst eigene NET-Practitioner-Trainings durchführen sowohl Präsenz als auch online
8. Darf das NET-Master-Siegel in deinen Publikationen führen



Preise und Termine findest du bei uns auf der [Website](#) oder bei den NET-Anbietern.



EMOTION HEROES
FREUDE AN VERANTWORTUNG

DIE AUSBILDUNG ZUM

NET-Trainer



Kompromisslos emotional

Diese Welt braucht Menschen, die personifizierte Veränderung sind. Ich will das ganze Potential ausschöpfen und Menschen zu Multiplikatoren machen. Die Bühne gehört mir, ich entwickle starke Teams, ich will mich politisch durchsetzen oder ich fühle mich berufen, den echten Unterschied in die Welt zu bringen.

Wenn du solche oder ähnliche Aussagen gemacht hast, dann schlummert eine Kraft in dir, die diese Ausbildung will.

Für diese Ausbildung brauchst nicht nur das NET-Master-Zertifikat, sondern echte Hingabe an deine Ziele. Wir werden uns in der Gruppe herausfordern unsere gesamten 100% in ein Leben zu investieren, in dem das Außergewöhnliche alltäglich ist. Du suchst wirkliche Herausforderung? Hier wirst du fündig. Mach die Welt zu deiner Bühne, und zu einem besseren Ort!



5 Tage Präsenzseminar

1. Emotion Level Rise II

Wir werden in diesem Kurs mit dem NET-Trainer-Circle arbeiten. Dieser Circle kennt ein viertes Level. Auf diesem Level übernimmt die Emotion das Ruder und lässt sich ausschließlich mit Emotionen lenken – rationale Ansätze sind hier fruchtlos. Du wirst trainieren andere Menschen zum Lachen und zum Weinen zu bringen, du wirst Menschen durch dein eigenes Drehbuch führen ihnen die Welt der emotionalen Freiheit zeigen, ohne viele Worte.

2. NET Master – der Trainingsdurchlauf

Die Vorgabe ist der Master-Kurs. Einen Menschen zum Master zu führen, hat eine hohe Verantwortung, und braucht die hohe Kunst der präzisen Dosierung von Emotionen.

3. Komfortzonen sind dazu da gesprengt zu werden

Natürlich braucht man das nicht ständig, aber genau dazu ist dieser Kurs da, in besonderen Situationen das besondere leisten zu können.

- Berauscht
- Rasend
- Fanatisch
- Schockiert
- Usw.

... das sind keine alltäglichen Gefühle. Sie befähigen dich, Menschen aus großer seelischer Not aufzufangen und in Notsituationen Anweisungen zu geben, die befolgt werden.

4. Kontaktfrei wahrnehmen und kommunizieren

Menschen, die Organisationen leiten, Flugzeuge führen etc. müssen viel mehr können als Fakten sammeln und rationale Entscheidungen treffen. Sie müssen die Organisation fühlen können, um ganzheitliche Entscheidungen zu treffen. Ein allerfeinstes Gefühl braucht eine Technik im Umgang die in der Lage ist völlig kontaktfrei mit Menschen zu kommunizieren. Genau das werden wir mit unterschiedlichen Szenarien üben und Erfahrungen sammeln, die nur in solchen Trainingsgruppen zu machen sind.

5. Übersetzung emotionaler Wahrnehmung auf die rationale Ebene

In unserer Kultur gilt es als unzuverlässig, zu erraten was ein anderer denkt. Dennoch ist das mit einem hohen Maß an Zuverlässigkeit möglich. Dazu gilt es vor allem, emotional im Bewusstsein des anderen zu lesen und diese Kenntnisse zu nutzen, um das Gespräch weiterzuführen.

6. 3 Stufen der Verantwortung

NET-Trainer übernehmen bewusst Verantwortung. Was bedeutet Verantwortung im emotionalen Sinne, wie wirkt sie sich praktisch aus, und worin liegt der Fokus in welchem Zusammenhang?



7. 3 Stufen der Beziehung

NET-Trainer gehen bewusst Beziehungen ein. Beziehungen haben allerhöchste Relevanz und bringen das Pendel des Vertrauens zwischen 2 Menschen in Bewegung. Beziehung kann überfordern oder unterfordern. Das richtige Maß wird auf emotionaler Ebene erkannt und umgesetzt.

8. Der Emotionale Vortrag

Deine eigene Keynote entwickeln und hochemotional vortragen. Das Thema bringst du vorbereitet mit, die ganze Emotionalität wirst du dir zusammen mit den anderen Teilnehmern erarbeiten. Du wirst dein eigenes Charisma entwickeln.

Die Abschlussprüfung

Die Prüfung umfasst einen theoretischen und einen praktischen Teil. Der theoretische Teil befasst sich natürlich mit den erworbenen Kenntnissen, der praktische findet vor einer Prüfungskommission statt.

Voraussetzung für das Trainer-Zertifikat ist das Anerkennen des Emotion-Heroes Ehrenkodexes. Dieser Kodex wird jedem Bewerber für dieses Training vor der Anmeldung zur Kenntnis gegeben. Ein Verstoß gegen diesen Kodex kann unter bestimmten Voraussetzungen zur Aberkennung des Zertifikats führen. In der Abschlussprüfung wird die Kenntnis der Statuten dieses Kodexes überprüft.

Das Zertifikat

Aus dem Trainerzertifikat ergibt sich:

1. Du verpflichtest dich auf den Emotion Heroes Kodex
2. Du bist bei der NET-Akademie als NET-Trainer gelistet
3. Du gehörst zum Kreis derer, die an der Weiterentwicklung des NET-Systems mitwirken
4. Du nimmst in jedem Jahr am NET-Trainer-Treffen teil
5. Du kannst eigene NET-Master-Trainings durchführen
6. Darf das NET-Trainer-Siegel in deinen Publikationen führen



Preise und Termine findest du bei uns auf der [Website](#) oder bei den NET-Anbietern.