NET

NEURO EMOTIONALE TRANSFORMATION

EMOTIONEN

ENTDECKEN + AKTIVIEREN + ANWENDEN

EMOTION HEROES - Stefanie Sohst
Schulstraße 48
21465 Wentorf bei Hamburg

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

Inhalt

Was ist NET? 3
Schritt 1 – Emotionen entdecken 3
Schritt 2 – Emotionen aktivieren 3
Schritt 3 – Emotionen anwenden 3
Das Ergebnis 4
NET -PRACTITIONER 5
Step-by-Step zu mehr Souveränität im Beruf und Alltag 5
Das Online-Training 6
Die Webinar-Serie 6
Schritt 2 – Die Life-Events 6
Das Zertifikat 7
NET -MASTER 8
Meine Emotionen und meine Lebensvision 8
Die Vorbereitung 8
Die Präsenz-Wochenenden 9
Umfang 9
Das Zertifikat 10
NET -Trainer 11
Kompromisslos emotional 11
5 Tage Präsenzseminar 12
Die Abschlussprüfung 14
Das Zertifikat 14

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 entdecken

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.

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 erlernen.

Schritt 2 – 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 wünscht. 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. Jeder Ssatz den sprichts, jeder Ausdruck den du erzeugst wird eindeutig, durch die ausgelieferte Emotionalität.

Schritt 3 – Emotionen anwenden

Deine Ausbildung in NET ist dann erfolgreich, wenn es dir gelingt, deine Emotionen in deinem täglichen Leben als aktiven und bewussten Bestandteil zu integrieren. NET stellt dafür Übungsaufgaben zur Verfügung, die auch nach dem Training für mindestens 21 Tage durchgeführt werden sollen, bis aus deine neuen Qualifikation wirklich neues Leben und eine neue Gewohnheit entsteht.

Das Ergebnis

Dein Leben, souverän in deiner eigenen Hand!

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

1. Der NET-Practitioner, die Grundausbildung
2. Der NET-Master, Emotionen anwenden in allen Rollen des täglichen Lebens
3. Der NET-Trainer, Menschen ausbilden, ihre Emotionen nach der NET-Methode zu entwickeln

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 Ausbildung überraschen. In 6 Wochen lüften wir das Geheimnis deiner Emotionen. Lerne deine emotionale Kraft 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:

- 4 x 8 Stunden Live Präsenzseminar, geballtes Fachwissen und mit Wochenaufgaben und Feedback-Runden.
- 2 Stunden Einzelcoaching.
- 8,5 Stunden asynchrones Videomaterial zur Wiederholung und Vertiefung.

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 – Die Life-Events

4 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 4 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.

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 und meine Lebensvision

Jetzt geht es richtig los: Mache aus deiner Lebensaufgabe eine Vision, und aus deiner Vision deine neue Lebens-Wirklichkeit mit neuen Menschen, an neuen Orten, mit neuen Aufgaben.

Die Vorbereitung

1. **Online-Session: Remember the Basics**

   Standortbestimmung:

   - Wie fahre ich die Emotionen bewusst rauf und runter?
   - wie nutze ich Komplementäre und Partner?
   - Wie beobachte ich mich selbst?
   - Was hat sich in meinem Leben verändert?
   - Wo hänge ich noch fest?

2. **Online-Session: Die Löffelliste**

   Trag deine Löffelliste vor und erzähle uns, was du gerne noch in deinem Leben erleben möchtest. Die Löffelliste bereitest du vor, du bekommst dafür eine Arbeitsvorlage.

3. **Online Session: Wer bist du wirklich?**

   Was bedeutet dein Leben auf dieser Erde? Was wirst du wirklich getan haben, wenn du diese Inkarnation wieder verlässt? Auch hier gibt es eine Arbeitsvorlage bzw. ein paar Dinge zu studieren und deine Aufzeichnungen aus deinem NET-Prac-Kurs.

4. **Online-Session: Die Menschen deines Lebens**

   Welche Menschen fördern dein Leben? Hast du genug Förderer?

   Welche Menschen halten dein Leben auf, legen dir Steine in den Weg? Woran erkennst du das?

   Wie weit wird dein Leben durch andere Menschen bestimmt?

Die Präsenz-Wochenenden

1. **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.

2. **The Night of Emotions**

   Du bekommst im Vorwege die Aufgabe, eine Rolle zu übernehmen … die du erfüllen wirst

3. **Meine Vision**

   Deine Lebensvision emotional erarbeiten. Öffne deine DNA, finde deine Wahrheiten und deinen Weg, sie in die Welt zu bringen

4. **The Night of Visions**

   Jetzt geht es um deine eigene Rolle. Du hast deine Vision definiert, jetzt wollen wir sehen, wie du sie uns verkaufst. Werde emotional sichtbar, bringe deinen Anteil an dieser Welt ein. Du bist erst fertig, wenn wir es dir abkaufen.

Umfang

Das Zertifikat

Aus dem Masterzertifikat ergibt sich:

1. 48 Präsenz-Trainingstunden + 8 Online-Stunden.
2. Du bist bei NET als NET-Master gelistet
3. Du kannst dort ein Profil mit deinen weiteren Qualifikationen hinterlegen
4. Du bist Teilnehmer der NET-Master-Group und kannst dich dort austauschen
5. 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 du 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. **Emotionen präsentieren**

   Sichtbar werden: Eine Emotion zu präsentieren braucht ein gutes Storytelling 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.

2. **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.

3. **Emotion Level Rise**

   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.

4. **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.

5. **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.

6. **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.

7. **Übersetzung emotionaler Wahrnehmung auf die rationale und geistige Ebene**

In unserer Kultur gilt es als unzuverlässig, zu erahnen 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.

8. **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?

9. **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.

10. **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 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. 84 Stunden Präsenztraining
2. Du machst einen eigenen NET-Practitioner-Kurs mit Begleitung und zeigst dabei alle Facetten des emotionalen Trainings und der Begleitung als Emotion-Coach
3. Du verpflichtest dich auf den Emotion Heroes Kodex
4. Du bist bei der NET-Akademie als NET-Trainer gelistet
5. Du gehörst zum Kreis derer, die an der Weiterentwicklung des NET-Systems mitwirken
6. Du nimmst in jedem Jahr am NET-Trainer-Treffen teil
7. Du kannst eigene NET-Master-Trainings durchführen
8. Darf das NET-Trainer-Siegel in deinen Publikationen führen

Preise und Termine findest du bei uns auf der Website oder bei den NET-Anbietern.