

---

***IAW-Heimstudium***

---

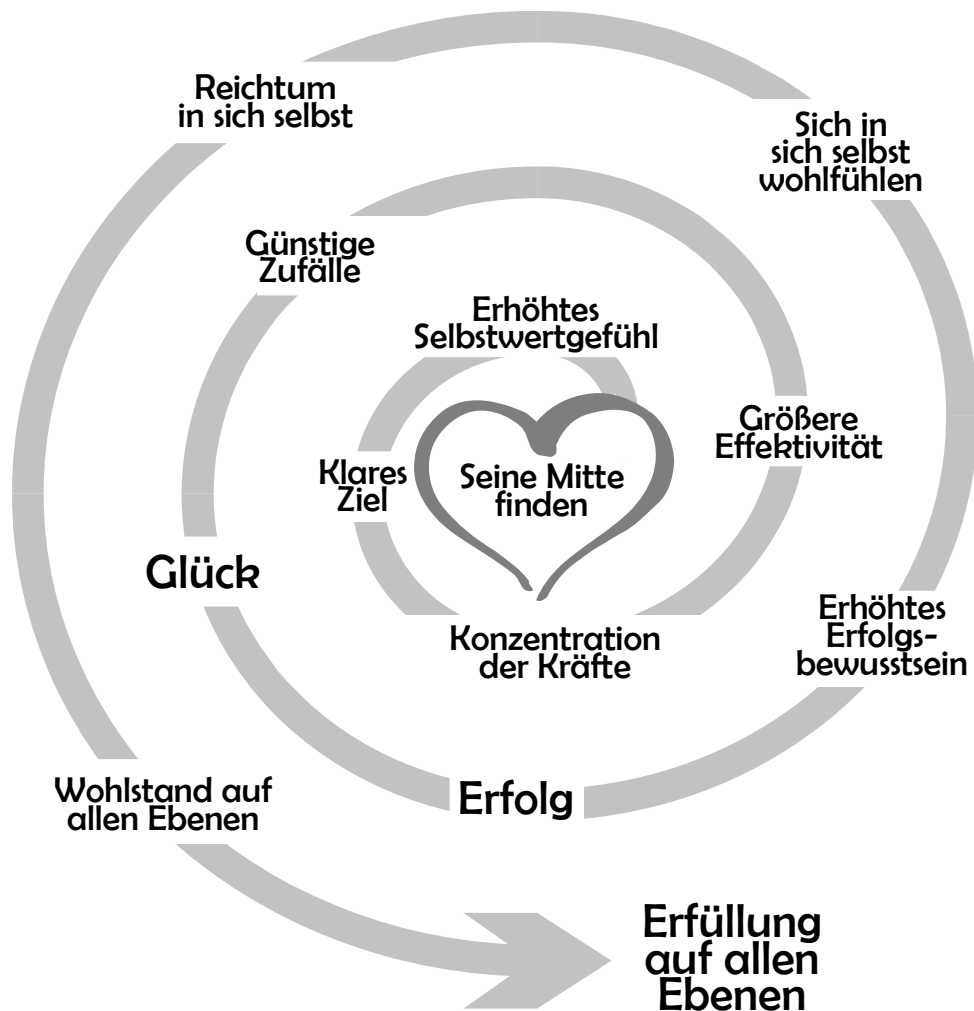
**Kurt Tepperwein**

**Die 7 Schritte  
zur Erfolgs-  
Persönlichkeit**

---

***Grund-Lehrgang***

---



2. Auflage 2005

Handbuch-Redaktion: Hans-Jürgen Schröter



© Internationale Akademie der Wissenschaften (IAW)  
 St. Markusgasse 11, FL-9490 VADUZ, Liechtenstein  
 Tel.: 00423 233 1212 / Fax: 00423 233 1214  
 Internet: [www.iadw.com](http://www.iadw.com) / Email: [go@iadw.com](mailto:go@iadw.com)

## ***Inhalt des Studien-Handbuches***

Redaktionelle Studieneinführung	8
Das System der IAW-Heimstudien-Lehrgänge	13
<b>Teil I: Einführung: Zum Erfolg geboren</b>	<b>19</b>
Eigenschaften einer Erfolgspersönlichkeit	20
Erfolg auf neue Art lernen: alles direkt vollziehen	49
Schon am Start eine Erfolgspersönlichkeit sein	55
<b>Teil II: 21 Einheiten des mentalen Erfolgs-Trainings</b>	<b>66</b>
Wenn nicht jetzt, wann dann?	67
1. Eine optimale Trainings-Voraussetzung schaffen	68
2. Die Erwartungshaltung klären	71
3. Ausdauer und Geduld üben	77
4. Den Standort bestimmen	79
5. Das Selbstbild optimieren	93
6. Innere Ruhe herstellen	100
7. Die Konzentrationsfähigkeit steigern	105
8. Positiv und konstruktiv denken	109
9. Probleme lösen	114
10. Ziele erkennen und formulieren	123
11. Optimistisch in den Tag starten	128

12. Das Übermantra nutzen	129
13. Sich in Entspannung versetzen	132
14. Energieaufbauend atmen	146
15. Die Imagination stärken	152
16. Ungünstiges mental umerleben	162
17. In Meditation gehen	165
18. Die Intuition fördern	196
19. Stress auflösen	175
20. Den Sinn des Lebens erkennen	179
21. Das persönliche Übungsprogramm erstellen	185

### **Teil III: Die 7 Schritte zur Erfolgspersönlichkeit** 195

Vorbereitung auf den Teil III	196
-------------------------------	-----

#### **1. Schritt: Lebensvision und Zielklarheit gewinnen** 204

Die Welt tritt zur Seite, um jeden vorbei zu lassen, der weiß, was er will	205
Die meisten Menschen sterben, ohne je gelebt zu haben	206
Es ist besser, seine Träume zu leben, als sein Leben zu verträumen	207
Die Lebens-VISION	209
Wie Sie jetzt Ihre ganz persönliche Lebensvision enthüllen	210
Seiner »Vision« folgen heißt »stimmig« leben	212
Grundvoraussetzung für klare, reine Wahrnehmung der Vision: »erden« und »harmonisieren«	214
MEDITATION: Ich erkenne meine Vision	216
Satzergänzungstest zum Erkennen meiner Vision	218

Mit dem Armtest prüfen	219
Zehn Gründe, das Ziel der Erfolgspersönlichkeit zu erreichen	220
Anhang: Die Technik des Armtestes	223
Denk-Mal und Erfolgskontrolle	226
<b>2. Schritt: Resonanzfähigkeit für den Erfolg herstellen</b>	<b>229</b>
So ziehen Sie Erfolg magnetisch an	230
Wie man seinen Erfolg »unvermeidbar« macht	231
Überprüfen Sie Ihre Resonanzfähigkeit	237
Aus sich SELBST heraus handeln, das Werkzeug MENSCH optimieren	238
Anhang: Das Gesetz der Resonanz	242
Denk-Mal und Erfolgskontrolle	243
<b>3. Schritt: Die Erfolgsbilanz des Lebens erstellen</b>	<b>246</b>
Die Zwischen-Bilanz meines Lebens	247
Selbsterkenntnis	250
Die »Sprache der Probleme«	254
Die »Sprache des Lebens«	255
Erfolgs-Voraussetzungen	260
Erfolgskontrolle	263
<b>4. Schritt: Loslassen, was den Erfolg behindert</b>	<b>266</b>
Ge-lassen-heit kommt von LOSLASSEN	267
Werde, der du bist	268
Den »Rucksack der Vergangenheit« ausziehen	270
Selbstmitleid loslassen	271
Schuldgefühle loslassen	273

Negative Gefühle loslassen	276
Negatives Denken loslassen	277
Die Affenfalle	280
Woran hängen Sie noch fest, wovon sind Sie noch ab-hängig?	281
Wohlbewusstsein schaffen und Mangelbewusstsein loslassen	282
Denk-Mal und Erfolgskontrolle	286
<b>5. Schritt: Erfolgs-Techniken der Wandlung anwenden</b>	<b>290</b>
Das Selbst-Bild optimieren	291
Das aktuelle Selbst-Bild	293
Das Bild der Erfolgs-Persönlichkeit	295
Die Kraft der Imagination	298
Vom Wunsch zur Absicht	299
Zwei Tests für die Imaginationskraft	300
Im »Schlaf wandeln«!	302
Revision durch »mentales Umerleben«	304
Die Macht des Glaubens	311
»Danke!« - das Geheimnis der Wandlung	315
Erfolgskontrolle	317
<b>6. Schritt: Die Stimme des Erfolgs trainieren</b>	<b>320</b>
Stimmschulung - der schnellste Weg zum Erfolg	320
Die Stimme	322
Stimme und Charakter	324
Stimmschulung	328

Stimmübungen	330
Lernen Sie telefonieren	332
Erfolgskontrolle	334
<b>7. Schritt: Eine Erfolgsaura und Charisma entfalten</b>	<b>337</b>
Von der Person zur Persönlichkeit	337
Die Aura der Fülle und des Wohlstands	343
Charisma ausstrahlen	344
Ihre Erfolgsaura erleuchten	348
Erfolgskontrolle	349
<b>Anlage</b>	<b>352</b>
<b>Das Gesetz des Erfolgs</b>	<b>353</b>
<b>Grundlehrgang-Erfolgskontrolle</b>	<b>361</b>
Selbst-Test 1: Erfolgsresonanz	362
Selbst-Test 2: geschätzte Potential-Ausschöpfung	367
Selbst-Test 3: Selbst-Charakterisierung	368
Selbst-Test 4: Erfolgskriterien	369
<b>Leserservice</b>	
Audio-Visuelle Medien zum Grundlehrgang	372
Leserservice SEMINARE	373

## **Redaktionelle Studieneinführung**

---

### Willkommen zum **Grund-Lehrgang** der IAW-Heimstudien-Lehrgänge! .....

Es erwartete Sie ein **Abenteurer**, denn was könnte aufregender sein, als das eigene Leben in noch unbekannte Regionen zu steuern?

Die Redaktion dieser IAW-Heimlehrgänge betrachtet sich als **Reiseführer für das Abenteuer**, und wir möchten Sie jetzt auf diese Reise einstimmen. Doch das Studien-Handbuch, das Sie in Ihren Händen halten, ist natürlich nicht Ihr Leben und Ihre wirkliche Reise selbst, sondern nur **eine Landkarte Ihrer Reise**, schafft Orientierung, gibt einen Überblick, macht auf die schönsten Stellen der Reise aufmerksam, vermittelt Erfahrung anderer Reisender, macht Sie mit Reisetechiken vertraut, macht Ihnen auch Mut, für sich in noch ganz unbekannte Regionen vorzustoßen.

Was immer Sie lernen möchten, zu welcher Ausbildung Sie sich selbst verpflichten, **Sie möchten es mit Erfolg tun**. Niemand beginnt eine Ausbildung mit dem Ziel, sie abubrechen. Das Ziel ist **immer** eine **erfolgreiche** Absolvierung.

Keiner plant zu versagen - aber viele versagen beim Planen

Deswegen steht am Anfang des Selbststudiums **die Ausbildung einer Erfolgspersönlichkeit**. Es ist der **Generalschlüssel**. Er öffnet Ihnen nicht nur Türen und Tore für Ihre persönliche Weiterbildung, sondern auch für **eine erfolgreiche und bewusste Lebensführung**.



## Die Macht des unwiderruflichen Entschlusses

.....

Haben Sie sich bereits entschlossen, diese Ausbildung nicht nur zu »versuchen«, sondern sie **unbeirrbar bis zu Ende durchzuführen**? Denn dann erfüllen Sie schon eine ausgezeichnete **Startbedingung** für einen erfolgreichen Studienabschluss: Das einmal als richtig Erkannte so lange zu **verfolgen**, bis sich der Erfolg auch eingestellt hat. Vorher einfach nicht locker lassen!

Erste  
Voraussetzung

Und es ist sicherlich kein »Zufall«, dass das Leben Ihnen jetzt die Chance gegeben hat, sich dieser Selbstausbildung zu unterziehen. Also nutzen Sie die Chance! Und starten Sie gleich mit dem festen Vorsatz, aus dieser Ausbildung einen **Erfolg** zu machen. Dabei ist jede gelese Seite, jede durchgeführte Übung bereits ein Erfolg, denn der große Erfolg setzt sich aus **vielen kleinen erfolgreichen Schritten** zusammen.

## Selbstverpflichtung

.....

Ein unbeirrbarer Entschluss, etwas bis zum Ende zu tun, zieht als **erste Konsequenz** nach sich, sich selbst zu verpflichten. Gerade bei einem Heimstudium ohne direkte Anleitung und Kontrolle eines Lehrers oder Tutors ist eine solche Selbstverpflichtung unverzichtbar, die **zweite Voraussetzung** für einen erfolgreichen Studienbeginn.

Zweite  
Voraussetzung

Beantworten Sie sich also zunächst die Fragen (am besten schriftlich):

- Was will ich mit dieser Ausbildung erreichen?
- Welche Bedeutung wird die Ausbildung für mein weiteres Leben haben?



- Kann ich mich schon in die Situation herein versetzen, wie es sein wird, wenn ich mein Ziel erfolgreich erreicht habe?
  - Welchen Zeitraum nehme ich mir für die Absolvierung dieses Lehrgangs? Wann will ich ihn erfolgreich abgeschlossen haben?
  - Wie organisiere ich das Studium? Welche festen Studienzeiten plane ich ein?
  - Welche Zwischenetappen plane ich? Was gönne ich mir zusätzlich als Selbstbelohnung, wenn ich eine Zwischenetappe erfolgreich abgeschlossen habe?
  - Kann ich das Studium mit einem anderen Menschen zusammen angehen? Wie organisieren wir unser »Team-Studium«?
  - Welche Zusatzmaterialien sind wünschenswert? Wann besorge ich sie mir?
  - Wie lautet meine Selbstverpflichtung (der **Studienvertrag mit mir selbst**) ganz genau?
- Ihr  
Studienvertrag

So steht es geschrieben,  
so soll es geschehen!

.....

Erkennen Sie auch **die Macht des geschriebenen Wortes**. Kleine Rechenaufgaben lösen wir noch im Kopf, aber bei größeren (wie  $123 \times 456$ ) müssen wir doch schon Papier und Bleistift zur Hilfe nehmen. Eine solche Aufgabe lösen wir also schon schriftlich! Um wie viel komplexer als eine solche Rechenaufgabe aber ist die eigene Lebensplanung, das Management des Unternehmens SELBST! Da sollte schriftliche Planung, das Aufschreiben von Erkenntnissen wirklich selbstverständlich sein!

Die **dritte Voraussetzung** für einen erfolgreichen Studienstart ist die »Manifestation des Wortes in Schrift.«, wenn wir uns jetzt etwas spirituell ausdrücken wollen.

Dritte  
Voraussetzung

Doch schon die Lernpsychologie belegt, dass wir das am besten lernen, mit dem wir auch »hand-tieren«. Wir behalten nur 20% von dem, was wir hören, jedoch 90% von dem, was wir hören, sehen und aktiv beschäftigen. Für Ihren Studienerfolg ist es unverzichtbar, zu Blatt und Stift zu greifen und Aufgaben schriftlich zu lösen.

Die Redaktion gibt Ihnen am Seitenrad anhand dieses Symbols den Hinweis, wann ein schriftliches Arbeiten für Ihren Studienerfolg empfehlenswert ist.



## Vom Übungsbuch zum Erfolgsbuch

.....

Vielleicht führen Sie schon ein **Erfolgstagebuch**. Wenn nicht, regen wir Sie dazu ganz eindringlich an. Machen Sie dieses Studien-Handbuch zu Ihrem ersten Erfolgstagebuch.

- ➔ Nehmen Sie **für jede schriftliche Übung** ein separates Blatt, versehen es mit Datum und heften Sie es in dieses Handbuch an die entsprechende Übungsstelle ein. So wird aus diesem Buch Ihr ganz persönliches Übungsbuch.
- ➔ Machen Sie sich auch schon ein **Studientagebuch** (spezielle Seiten, die Sie hier einheften), in das Sie eintragen, an welchen Tagen Sie was studiert haben. Machen Sie sich dabei auch Notizen für ganz besondere Erkenntnisse.
- ➔ Notieren Sie sich auch, was Ihnen während Ihrer Studienzeit an **Merk-würdigem** passiert. Was hat es mit Ihrem Studium zu tun? Spiegelt sich Ihr verändertes Bewusstsein in Ereignissen Ihres Lebens wider? Welche »Zufälle« fallen Ihnen jetzt zu?

Aus der aktiven Verwendung dieses Studien-Handbuches als Übungsbuch wird es für Sie nach Absolvierung dieses Kurses ein regelrechtes Bedürfnis sein, weiter ein Erfolgstagebuch zu führen.

Für weitere »**Kreative Tipps für ein erfolgreiches Selbst-Studium**« lesen Sie bitte die speziell dazu erstellte Begleitbroschüre der IAW! **Wenn nicht JETZT, wann dann?!**



## Hinweis

Das Handbuch trennt **redaktionelle Texte** wie diesen Redaktionstext schon vom Schriftbild ganz deutlich von den Texten Prof. Dr. Kurt Tepperweins (siehe unten). Diese redaktionellen Texte betrifft z.B. Einführungen in die Kapitel, didaktische Hinweise oder Zusammenfassungen.

Die **Texte von Prof. Dr. Kurt Tepperwein** selbst wurden von der Redaktion zusammengetragen, wenn didaktisch sinnvoll, leicht überarbeitet und mit Zwischenüberschriften, Hervorhebungen oder Randbemerkungen versehen. Text von Prof. Dr. Tepperwein

Und jetzt wünscht Ihnen das ganze IAW-Team einen außergewöhnlich guten Studienerfolg, eine aufregende Abenteuerreise zu sich SELBST!

*Felix Sesemann*

## Das System der IAW-Heimstudien-Lehrgänge

---

### Für wen? .....

Die IAW-Heimstudien-Lehrgänge richten sich an verschiedene Nutzer:

- Menschen, die (meistens selbständig) im Beruf stehen und sich für Ihre Kunden/Klienten beruflich weiterbilden möchten,
- Menschen, die diese Ausbildung einzig für ihre persönliche Bildung nutzen möchten,
- Menschen, die sich zunächst nebenberuflich und dann hauptberuflich zu einem neuen Beruf ausbilden lassen möchten,
- Menschen, die kompakte Ausbildungsseminare bei der IAW besucht haben und dies durch ein Heimstudium vertiefen möchten.

Das pädagogisch-didaktische Konzept der IAW-Heimstudien-Lehrgänge nimmt auf **diese unterschiedlichen Interessen** Rücksicht und ist so gestaltet, dass jede/r sich das Heimstudium über die Module und Medien so optimal gestalten kann, wie er es für sich braucht.

Zu welcher Gruppe zählen Sie sich?

### Einstieg: der Grund-Lehrgang .....

**Allen Lehrgängen** vorgeschaltet ist der Grundkurs von Prof. Dr. Kurt Tepperwein »**Die 7 Schritte zur Erfolgspersönlichkeit**«, den Sie in den Händen halten.

Was immer Sie im einzelnen studieren möchten, **studieren Sie es als Erfolgs-Persönlichkeit**. Denn **vor den öffentlichen Siegen kommen die privaten Siege**. Der Grundlehrgang ist ein **Programm für den privaten Sieg**, dem Weg zu sich SELBST und zur Selbst-Bestimmung.

Jede Veränderung beginnt bei sich selbst

Die **Schritte zur Erfolgs-Persönlichkeit** sind:

**Schritt 1:** Lebensvision und Zielklarheit gewinnen

**Schritt 2:** Resonanzfähigkeit für den Erfolg herstellen

**Schritt 3:** Die Erfolgs-Bilanz des Lebens erstellen

**Schritt 4:** Loslassen, was den Erfolg behindert

**Schritt 5:** Erfolgs-Techniken der Wandlung anwenden

**Schritt 6:** Die Stimme des Erfolgs trainieren

**Schritt 7:** Eine Erfolgsaura und Charisma entfalten

Die sieben Schritte

Es ist möglich, den Grundlehrgang der IAW-Heimstudien-Lehrgänge sozusagen als Kennenlern-Kursus ganz separat zu buchen.

### Fachlich orientierter Aufbau-Lehrgänge:

.....

Die daran anschließenden jeweiligen Aufbau-Lehrgänge sind fachspezifisch orientiert. Hier steht **die Vermittlung des Fachwissens (und Bewusstseins)** für den jeweiligen Ausbildungslehrgang im Mittelpunkt.

Die Absolvierung des Grundlehrgangs ist **Qualifikations-Voraussetzung**. Bei jedem Ausbildungskurs ist der Grundkurs eingeschlossen, da jeder Ausbildungskurs darauf aufbaut. Sie sind mit anderen Worten nicht separat zu buchen. Haben Sie jedoch schon einmal einen separat gebuchten Grundkurs erfolgreich absolviert, stehen Ihnen **alle** Module der fachlich orientierten Aufbau-kurse offen.

Zu diesen **IAW-Ausbildungslehrgängen** gehören:

Die  
Ausbildungs-  
bereiche

- Ausbildung zum/r **Mental-TrainerIn**
- Ausbildung zum/r **Erfolgs-Coach**
- Ausbildung zum/r **Intuitions-TrainerIn**
- Ausbildung zum/r **Gesundheits- und Ernährungs-BeraterIn**
- Ausbildung zum/r **Partnerschafts-MentorIn**
- Ausbildung zum/r **LebensberaterIn**

Dieses **Modul-System** hat für Sie auch den Vorteil, dass Sie bei einem absolvierten Grundkurs **die Qualifikation für jeden Aufbaulehrgang** erreicht haben. Sie brauchen z.B. nach einer kompletten Ausbildung zum/r Mental-TrainerIn (Grund-, Aufbau-, Praxiskurs) bei einer erweiterten Ausbildung zum/r Erfolgs-TrainerIn **den Grundlehrgang nicht erneut zu buchen**, sondern können gleich mit dem Aufbaukurs beginnen.

### Der beruflich orientierte Praxis-Lehrgang:

.....

In diesem Kursteil steht die Praxis im Vordergrund, also der **öffentliche Sieg**.

Inhaltlich stehen in diesem Kursteil im Mittelpunkt:

- Praktisches Selbstmanagement /Selbstführung
- Erfolgreiche Praxis- und Geschäftsführung
- Mut zur Marktführung in Ihrem Markt-Segment
- Der sichere Weg in die berufliche Selbständigkeit

Inhalt  
des Praxis-  
lehrgangs

Dieser Kursteil ist **nicht obligatorisch**. Viele unserer Studienteilnehmer sind bereits selbständig, führen eine erfolgreiche Praxis und absolvieren die IAW-Heimstudien-Lehrgänge zur beruflichen Weiterbildung.

Doch viele unserer Studienteilnehmer wollen ihr Hobby auch zum Beruf machen, **die Botschaft unter Menschen bringen**, finden in der Ausbildung ihre Berufung: **Gutes tun und dabei gutes Geld zu verdienen**. Für diese ist der Praxiskurs sozusagen Pflichtlektüre. Beachten Sie bitte, dass hier das Kombipaket (Grund-, Aufbau- und Praxiskurs zusammen) Ihnen gegenüber der einzelnen Buchung einen besonderen Preisvorteil bietet.

Beachten Sie bitte auch, dass die IAW in ihrem **Partnerprogramm** Ihnen die Möglichkeit der Kooperation anbietet, so dass Sie auch die Medien der IAW (bzw. die von Prof. Dr. Kurt Tepperwein) mit Gewinn weitervertrieben können. Kennen Sie das Partnerschaftsprogramm der IAW schon?

**Fordern Sie es doch sofort an!**

Vielleicht finden Sie hier eine interessante Perspektive für sich.

