

# leistungsstark & lebensfroh: *heiter-souveräne Leichtigkeit für nachhaltig-gesunden Erfolg*

## Mag.<sup>a</sup> Monika Herbstrith-Lappe

Keynote Speaker • Autorin

Management Consultant • High Performance Coach

Trainer of the Year

2006/2010/2011/2012/2013/2014/2015/2016/2017/2018

Excellence Award 2008 • Best of the Best 2009



Business-Erfahrungsschätze  
im Zusammenfluss mit Tauchbegeisterung  
münden im

*Alles Leben  
kommt aus  
dem Wasser*

*Möglichkeits-Meer*



2018

# Möglichkeiten-Meer

35 Jahre  
Erwachsenenbildung



20 Jahre  
Impuls & Wirkung



30 Jahre  
Tauchen

*Vielfalt macht vieles vielleicht - und dadurch viel leichter!*



*Die Wirklichkeit ist immer (m)ein Konstrukt*

*Abgetaucht in den Weiten & Tiefen*  
erkenntnistheoretischer Mathematik & Physik



*Soft Skills for Hard Facts*

an der Verbindungsstelle  
von Naturwissenschaft & Technik, Zahlen & Strukturen  
zu Menschen & Beziehungen





*Aufgetaucht:*  
Erwachsenenbildung  
seit 1983  
damals 22-jährig



Impuls & Wirkung  
seit 1998

*Entwickle dich weiter  
& bleibe du selbst!*



Herbstrith Management Consulting



# Hochwirksame Impulse ● mit anhaltender Wirkung



Sich selbst  
auf Erfolgskurs führen



andere für gemeinsame  
Erfolge gewinnen

&

*leistungsstark & lebensfroh*

*heiter-souveräne Leichtigkeit  
für nachhaltig-gesunden Erfolg*



# Horizont erweitern

Vertrautes anders betrachten & vertiefen

Neues entdecken & ergründen



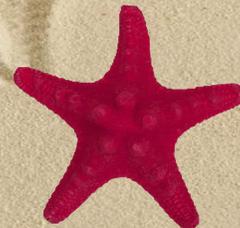
## *Möglichkeits-Meer*

*von*

*Monika Herbstrith-Lappe*



*Das Gedanken-Meer als Möglichkeits-Raum*



# *Die Business-Taucherin*

★  
für langen Atem & kluge (Selbst-)Steuerung  
in unseren gesellschaftlichen & wirtschaftlichen Strömungen

★  
mit einem Leistungsspektrum  
so fröhlich-bunt wie ein Korallenriff - und das mit Tiefgang

★  
*Meerluft für mehr Luft*

# Möglichkeits-Meer

★  
*Vielfalt macht vieles vielleicht und dadurch viel leichter!*

★  
Impuls & Wirkung erschließt die Weiten der Ozeane,  
die die Themen-Kontinente & -Inseln unserer Kund\*innen verbinden

★  
mit sich anpassenden Landungsbrücken,  
um Menschen leichtgängig in ihrer Welt abzuholen,  
trockenen Fußes in die Gedanken-Meere zu führen  
und nachhaltig-wirksam gut-gestärkt  
wieder zurück in ihren Alltag zu bringen



# Life-in-Balance

*(be-)glückende, Sinn-stiftende Auf-Gaben  
in der privaten & beruflichen Lebenszeit*

★  
Erfüllung & Erfolg braucht  
entschlossene Tatkraft & vertrauensvolles Einlassen  
persönliche Identifikation & empathische Distanz  
engagierten Einsatz & genüssliches Auftanken

*Zwischen Reden und Tun liegt das Meer.*

*Aus Italien*



Vom Begreifen ins Schaffen kommen



*Mut steht am Anfang des Handelns. Glück am Ende.*

*Demokrit*



# Beherzt mein Leben FÜHREN

Mut zur Entscheidung – entschlossen zum Erfolg



*Wer ins kalte Wasser springt,  
taucht ins Meer der Möglichkeiten*

*Aus Finnland*



# Möglichkeiten mehr

*Erfahrene Anfänger\*innen mit ihren individuellen Talenten  
inspirieren & bereichern* ★ *ermutigen & bestärken*

(Natur-)wissenschaftlich fundiertes

Merk-würdiges & Witziges  
Geistreiches & Herzhaftes  
um Denk-Horizonte zu dehnen  
& Perspektiven zu erschließen

&

Griffiges & Handfestes  
Bewährtes & Innovatives  
zum lustvollen Erkunden & Erproben  
um Handlungs-Repertoires zu erweitern

für frohes Schaffen & freudvolles Gelingen

Profi-Equipment für Erfüllung & Erfolg  
auf Basis von  
Glück & Zufriedenheit  
Spaß & Freude  
Humor & Gelassenheit  
(Selbst-)Vertrauen & Zuversicht



(Über-)Lebens-Set  
für  
stürmische Zeiten  
mit hohem Wellengang & schlechter (Aus-)Sicht  
für  
Stressresistenz & Krisenfestigkeit



*Don't panic:  
Kritische Situationen entkatastrophisieren*

Haie:  
faszinierende Tiere  
zu Unrecht Monster-Image



*Was wir fürchten, bekämpfen wir.  
Was wir verstehen, schützen wir.*



*Schwerelos schweben  
& über Hindernisse  
hinweg atmen*



Beglückende Leichtigkeit  
& bestärkender Auftrieb  
durch (Selbst-)Vertrauen  
& heiter-souveräne Gelassenheit



Potentiale entfalten & Unerfreuliches abperlen lassen

*Lotus-Effekt*



# Entwicklung des Rückgrats

*Die Wirbellosen  
brauchen Außenschale*



Mentale Orthopädie®:  
für  
aufrecht-aufrichtige  
Beziehungen





 *Unsere Gesamtlösungen  
fügen sich stimmig  
in Ihre Themenlandschaft  
& führen zu IHREM Erfolg*



# Leistungs-Spektrum

maßgeschneiderte, schlüssige, zielfokussierte Gesamtlösungen



**Monika Herbstrith-Lappe**

Einzig-artig, stimmig  
souverän 2.0 agieren



**Keynote Speaker**

Mit heiteren Denkanstößen  
Menschen bewegen



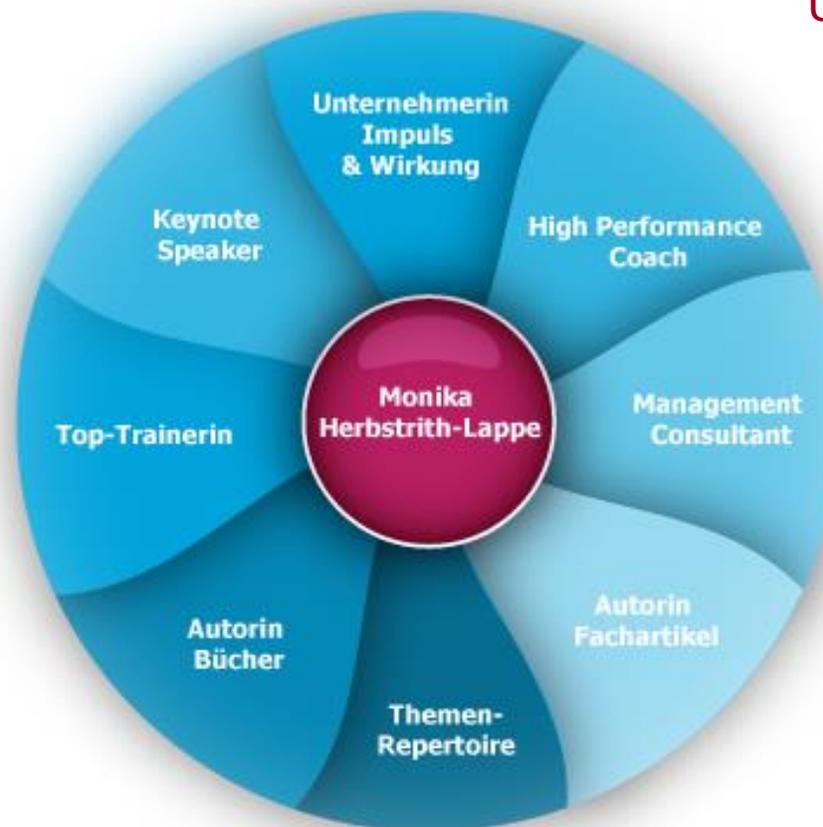
**Top-Trainerin**

Merk-würdige, tief-gründige,  
entscheidende Erkenntnisse



**Autorin Bücher**

In Gedankenwelten  
eintauchen & schmökern



**Unternehmerin Impuls & Wirkung**

Facettenreiche, handliche Impulse  
mit anhaltender Wirkung



**High Performance Coach**

Denkhorizont dehnen &  
Perspektiven erschließen



**Management Consultant**

Strukturen als Lebensraum  
für High Performance



**Autorin Fachartikel**

Pointenreich  
auf den Punkt bringen



# Themen-Repertoire

## Reichhaltiges zum Auswählen, Variieren & Kombinieren



### Gesunde Leistungsstärke

In spielerischer Leichtigkeit mehr bewirken:  
Pimp my Brain



### (Berufliche) Lebensfreude

Motivation & Freude am Schaffen  
Zufriedenheit & Glück, Spaß & Humor



### (Über-)Lebens-Set

Heiter-gelassen & souverän 4.0 agieren  
stressresistent & krisenfest reagieren



### (Weiter-)Entwicklungs-Bereitschaft

Gelingen von  
Veränderungen & Innovationen



### Leadership & Themen-Führerschaft

Wirkungsvoll führen  
mit/ohne/quer zur Hierarchie



### Mentale Orthopädie®

(Selbst-)Vertrauen & Wertschätzung  
für aufrecht-aufrichtige Beziehungen



### TEAM-Work

Empathisch-klar kommunizieren  
& effektiv kooperieren



### Schwierige Gespräche

Unerfreuliche Nachrichten, Konflikte,  
herausfordernde Zeitgenoss\*innen



### Soft Skills for Hard Facts

Menschliche Seite von  
Zahlen & Fakten, Strukturen & Technologien



### Unternehmerisch agieren

Nachhaltig erfolgreich  
auf externen & internen Märkten



### Dienst-Leistungs-Qualität

Qualitäts- & Prozess-  
Service- & Kund\*innen-Orientierung



### Wertschätzend-kritische Zuversicht

(Selbst-)Vertrauen & Wertschätzung  
für aufrecht-aufrichtige Beziehungen



Glück & Zufriedenheit  
Spaß & Freude  
Humor & Leichtigkeit  
Erfüllung & Erfolg  
in allen Lebensbereichen

## Immer-wieder-Eintauch-Bücher

vom Autor\*innen-Paar  
Monika Herbstrith-Lappe und Manfred Lappe

### Inspirierende Gedanken mit Tiefgang:

Erschließen Sie sich bestärkende Gedanken,  
ermöglichende Perspektiven & hochwirksame Tools für

**Nachhaltig-gesunde Leistungsstärke  
in heiter-souveräner Leichtigkeit**

### „leistungsstark & lebensfroh“

Der Klassiker bereits in der 3. Auflage  
für nachhaltig-gesunde High Performance in allen  
Lebensbereichen  
mit auch vielen Aspekten für Gestalter\*innen, Leader &  
Manager\*innen von TEAMS & Organisationen

### „leistungsstark & lebensfroh mein Leben gestalten“

Die konzentrierte Variante  
mit Fokus auf die persönliche – private & berufliche –  
Lebens-FÜHRUNG

### „Tauchen im Ozean des Lebens“

Das persönlichste Lebens-Buch  
mit inspirierenden (Tauch-)Geschichten, lustigen Episoden,  
erhellenden Anekdoten & tiefgründigen Witzen  
für beglückende Leichtigkeit & bestärkenden Auftrieb  
im „trockenen“ – privaten & beruflichen – Alltag





*Nicht nur, wenn Ihnen das Wasser bis zum Hals steht  
immer wieder in das  
Möglichkeits-Meer von Monika Herbstrith-Lappe  
eintauchen*



*Auftrieb verleihender Flow  
zum Erreichen IHRER Ziele  
in beglückende Leichtigkeit!*

*Allzeit: Gut-Luft!*

