



OÖNachrichten
nachrichten.at

REDEN
IST
GOLD
SCHMIDT

OÖN Wirtschaftsakademie & Führungsimpulse 2015

Shake your Life!

Der richtige Mix aus Karriere,
Liebe, Lebensart

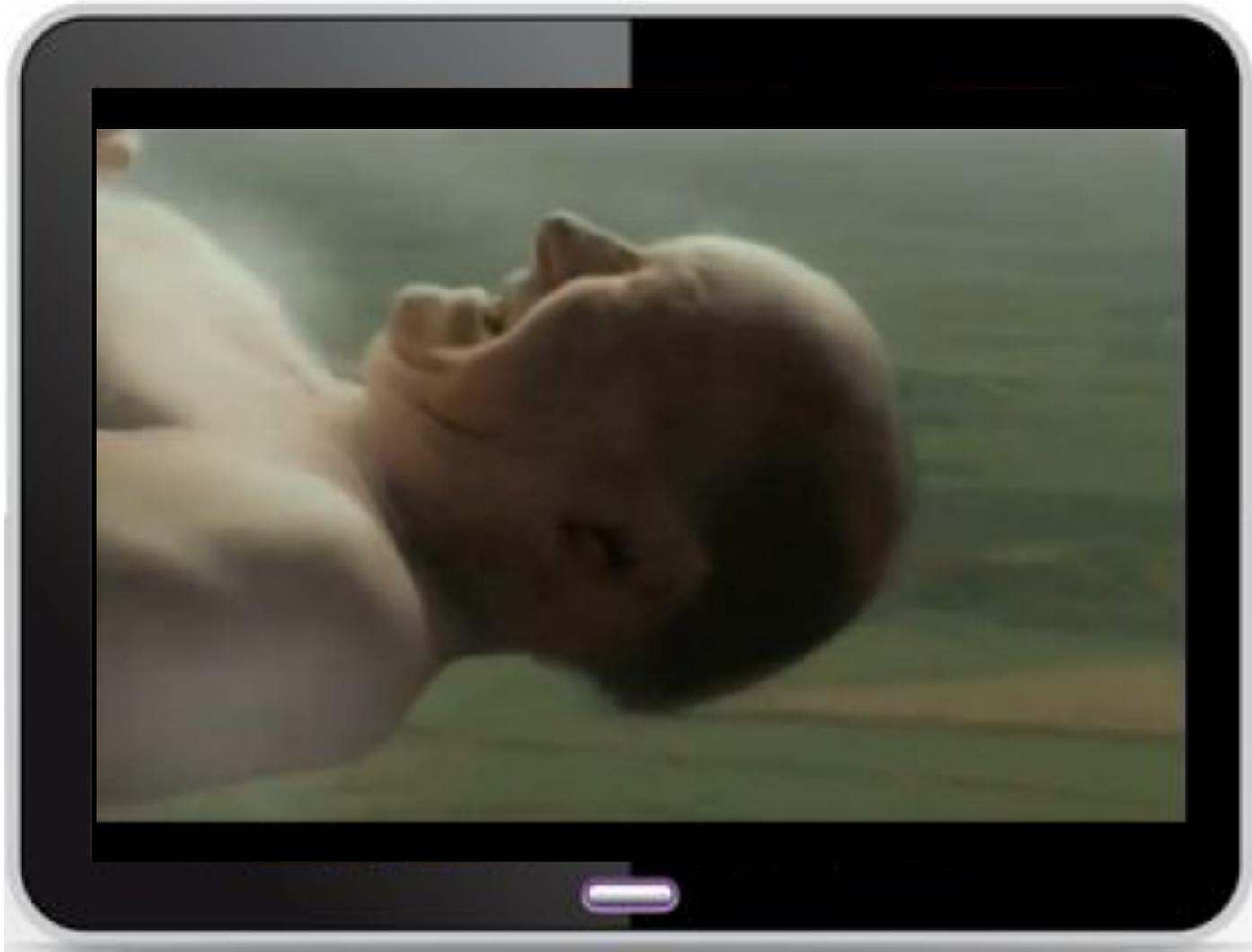
Ralph Goldschmidt
Linz,
16. April 2015

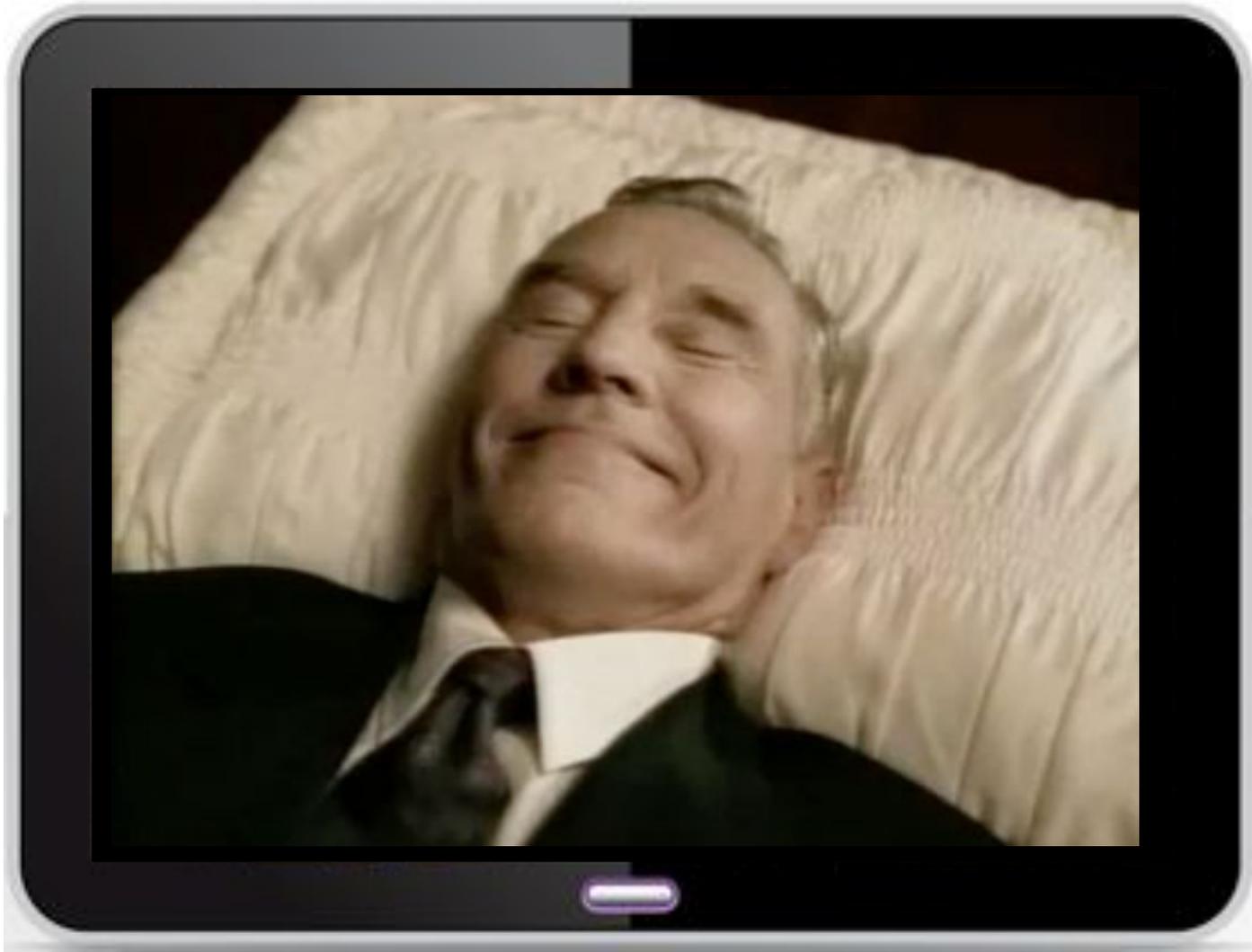








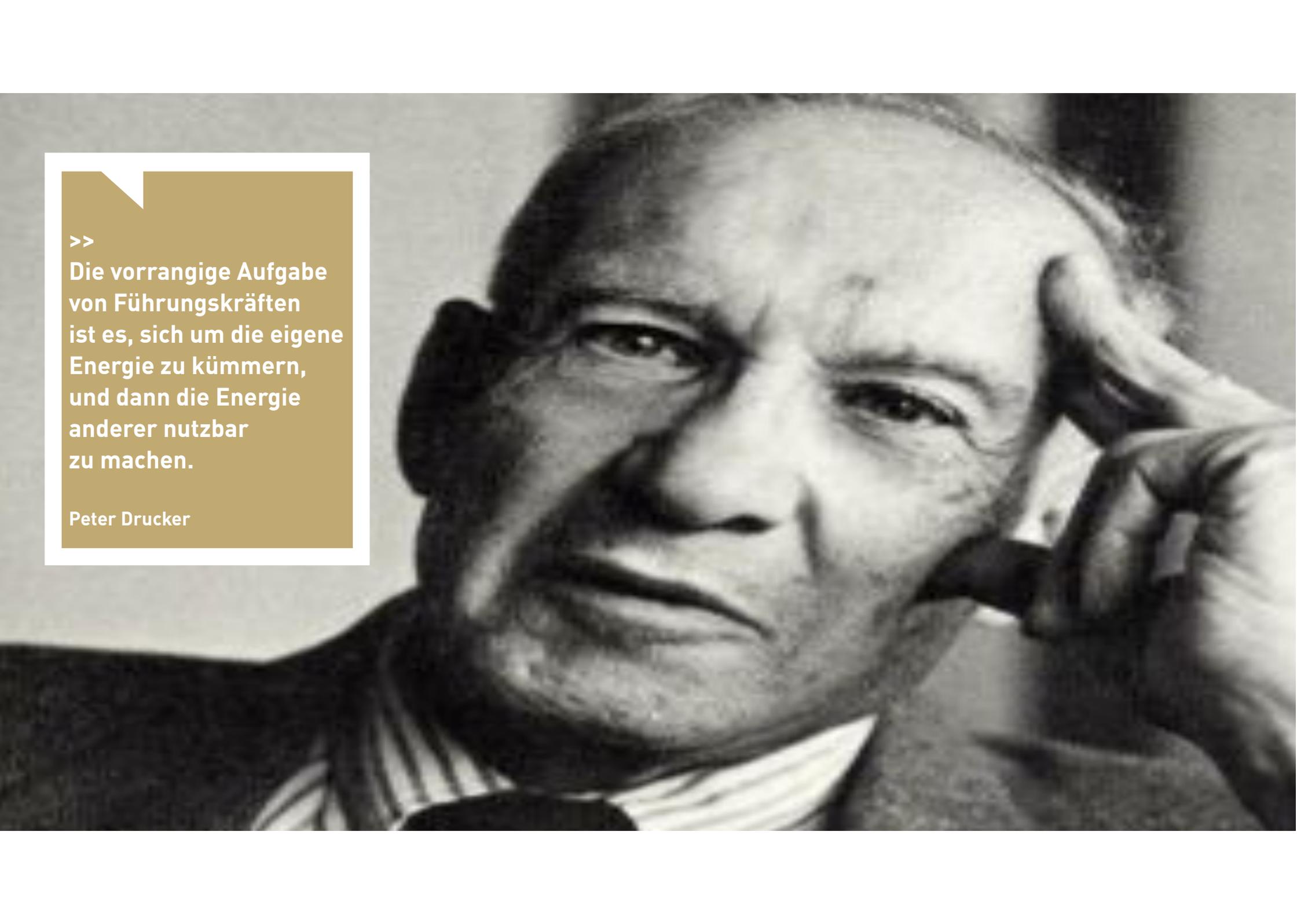






BURNOUT!



A black and white close-up portrait of Peter Drucker. He is looking slightly to the right of the camera with a thoughtful expression. His right hand is raised to his forehead, with his fingers resting against his temple. He is wearing a dark suit jacket over a light-colored, striped shirt.

>>

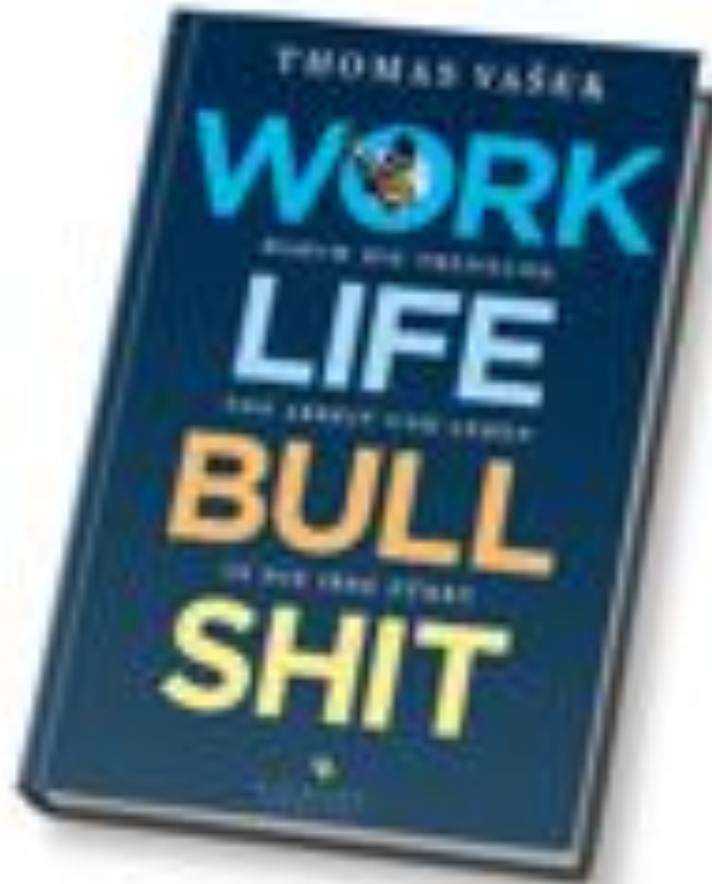
Die vorrangige Aufgabe von Führungskräften ist es, sich um die eigene Energie zu kümmern, und dann die Energie anderer nutzbar zu machen.

Peter Drucker



>>
Nur wenn es Dir
gut geht, kannst
Du der Welt Dein
Bestes geben!

„WORK-LIFE“- BALANCE???



Mein Leben

Beziehungen

Gesundheit

Beruf

Vermögen

Freizeit

Wohnen

Umwelt



7 Handlungskompetenzen

A close-up photograph of a human eye with green irises, looking slightly to the right. The eye is the central focus, with the surrounding skin and eyelashes visible. The lighting is soft, highlighting the texture of the skin and the detail of the eye.

Kölsches Grundgesetz,

Art. 1:

>> Et es, wie et es.

>> Sieh den

Tatsachen ins Auge.

Beziehungen

Beziehungen



- Partnerschaft
- Familie (Eltern, Kinder, Geschwister & Verwandte)
- Freunde

>>

*Es sind die Begegnungen mit Menschen,
die das Leben lebenswert machen.*



REDEN
IST
GOLD
SCHMIDT



REDEN
IST
GOLD
SCHMIDT

»

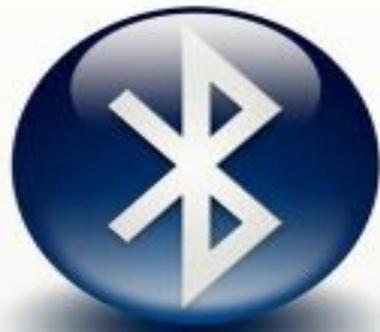
ERST DIE **HEIRAT**,
DANN DAS **DREIRAD**,
DANN EIN **HAUS**,
UND DANN IST'S **AUS**.

REDEN
IST
GOLD
SCHMIDT





Männer sind wie
Bluetooth



Es ist mit dir verbunden solange
du in der Nähe bist, sucht aber nach
anderen Geräten wenn du weg bist.



Frauen sind wie
WiFi



Es sieht alle verfügbaren Geräte,
verbindet sich aber nur mit dem
Stärksten.

©-fW von Markus Brand

Beziehungen

Mein Leben



Gesundheit

Gesundheit



- **Bewegung, Sport & Fitness**
- **Ernährung & Genussmittel**
- **Krankheiten & Verletzungen**
- **Anspannung & Entspannung**

>>

*Der Gesunde hat viele Wünsche,
der Kranke nur einen.
(Indisches Sprichwort)*

Gesundheit ist

„ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen“.

WHO Weltgesundheitsorganisation



Stellen Sie sich vor, es gäbe EIN Mittel, das all dies leistet:

- Es stabilisiert Ihr Immunsystem
 - Es normalisiert Ihr Gewicht
 - Es senkt Ihr Krebsrisiko
 - Es hält Ihren Kraftverlust auf
 - Es reduziert Ihre Stresshormone
 - Es verbessert Ihre Durchblutung
 - Es normalisiert Ihren Blutdruck
 - Es optimiert Ihre Herz- und Lungenfunktion
 - Es erhält Ihre geistige Leistungsfähigkeit
 - Es optimiert Ihre Cholesterinwerte
 - Es stärkt Ihr Selbstvertrauen
 - Es verbessert Ihre Lebensqualität
 - Es erhöht Ihre Lebenszufriedenheit
- ...und bei all dem leben Sie auch noch deutlich länger

WÜRDEN SIE ES NEHMEN?

**Dieses Mittel gibt es bereits,
es heißt:**

BEWEGUNG









Nach fest...

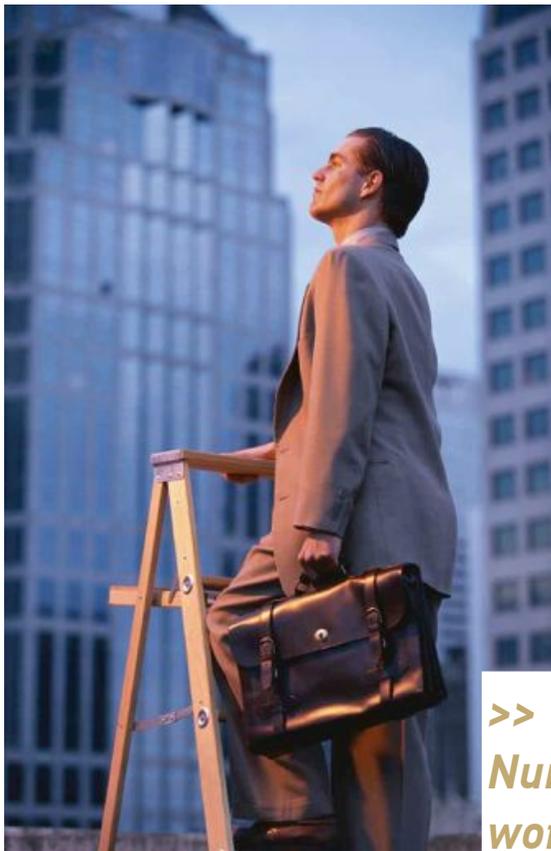


...kommt ab!



Beruf

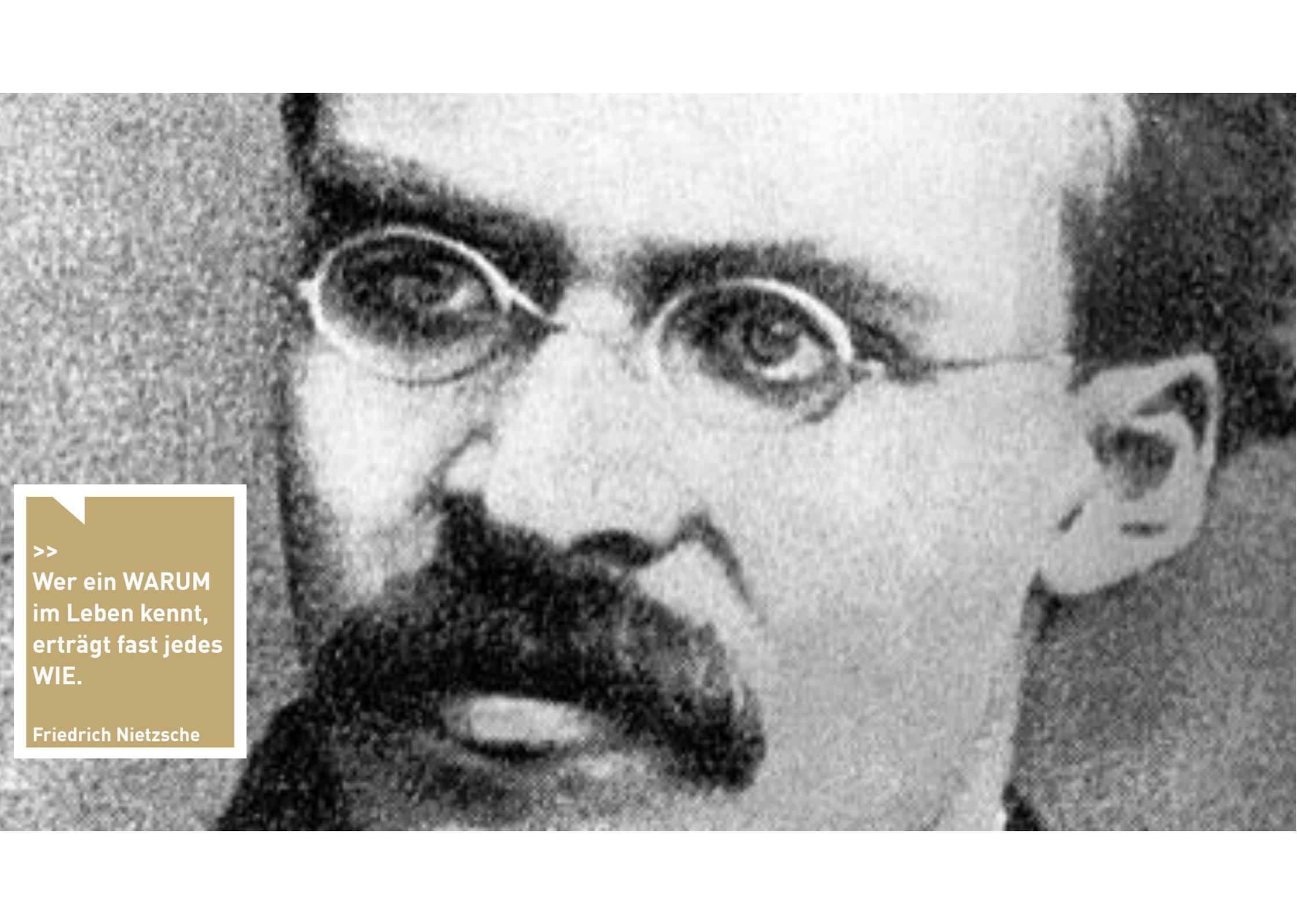
Beruf



- **Beruf & Berufung**
- **Vorgesetzte, Mitarbeiter & Kollegen**
- **Arbeitsumfeld & Rahmenbedingungen (Arbeitsplatz, Gehalt ...)**
- **Entwicklungsmöglichkeiten & Weiterbildung**

>>

Nur eines beglückt zu jeder Frist: schaffen, wofür man geschaffen ist. (Paul Heyse)



>>

Wer ein **WARUM**
im Leben kennt,
erträgt fast jedes
WIE.

Friedrich Nietzsche

Vermögen







>>

Alles was du besitzt,
besitzt irgendwann
dich.

Brad Pitt als Tyler Durden
in „Fight Club“



»
SOUVERÄN IST NICHT, WER VIEL HAT,
SONDERN WER **WENIG BRAUCHT.**
(Nico Paech)



A close-up portrait of George Best, a man with long, dark, wavy hair and a beard, looking slightly to the left with a slight smile. He is wearing a red shirt. The background is a plain, light blue color.

>>
Ich habe eine Menge
Geld für Alkohol,
Frauen und schnelle
Autos ausgegeben.
Den Rest habe ich
einfach verprasst.

George Best

Mein Leben

Beziehungen	■
Gesundheit	■
Beruf	■
Vermögen	■
Freizeit	■
Wohnen	■
Umwelt	■

Mein Leben

Beziehungen

Gesundheit

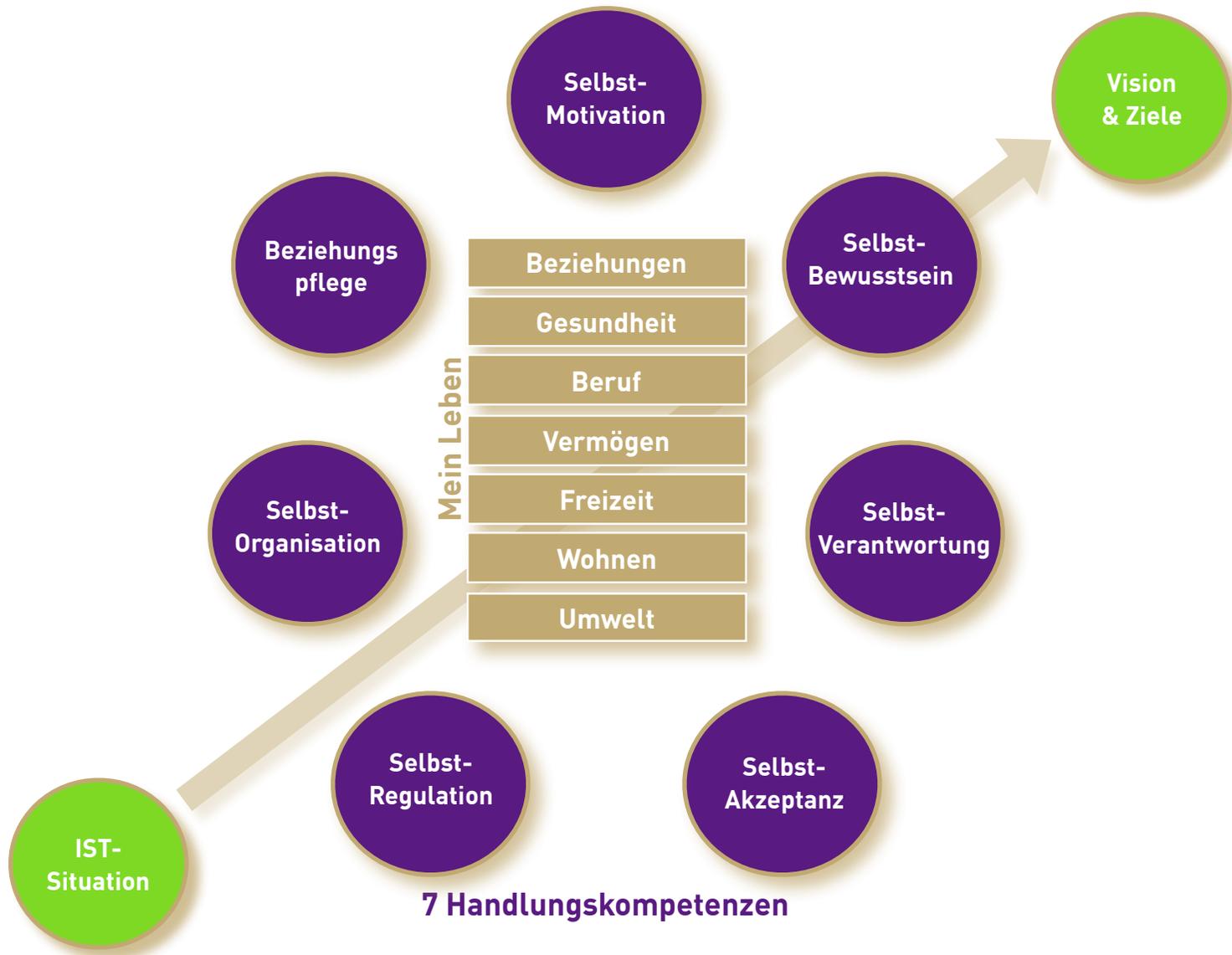
Beruf

Vermögen

Freizeit

Wohnen

Umwelt



7 Handlungskompetenzen

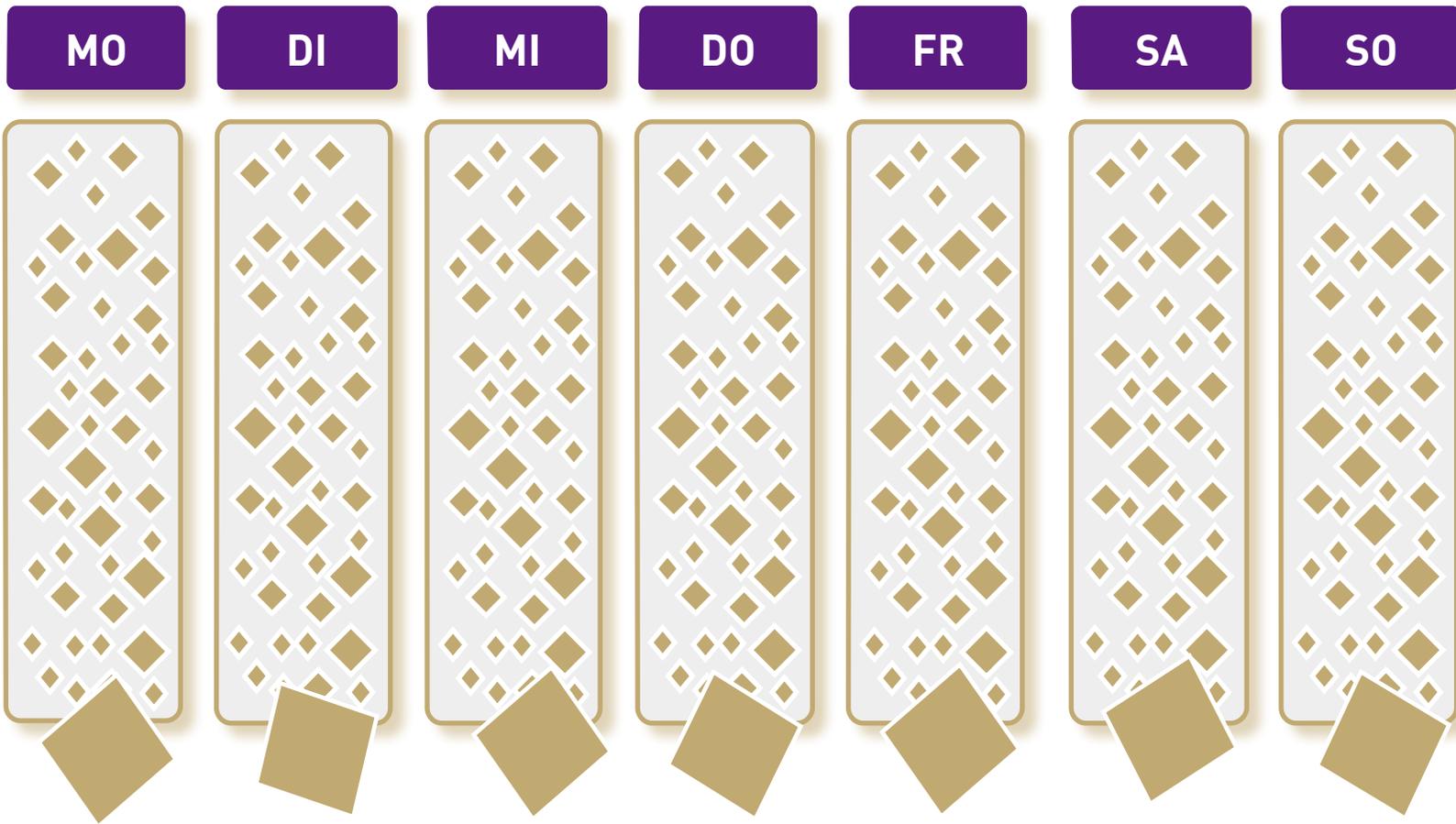


>>

Es verdrießt den Menschen, dass das Geniale oft so einfach ist. Er vergisst dabei, dass es dies auch umzusetzen gilt.

J.W.v. Goethe

Traditionelle Planung





>>

Der Schlüssel liegt nicht darin, Prioritäten für das zu setzen, was auf Ihrem Terminplan steht, sondern darin, Termine für Ihre Prioritäten festzusetzen.

Stephen R. Covey

Wochenplanung

Rolle	🕒	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vater -Champions League mit Thiago	7							
Partner -Urlaub buchen	8		Joggen					
	9	Marketingkonzept			Exposé			
Unternehmer -Marketingkonzept Italien	10							
	11						Joggen	
Redner -Part 4 in Englisch	12			Rainer				
	13							
Autor -Exposé fertig	14	Meeting Bonn						
	15					Seminar Berlin	Fußball Bruno	
Freund -Rainer Mittagessen	16				Vortrag Verband Dach-decker			
	17							
Ich -2xJogg, 1xTennis -4x Alk-frei	18			Urlaub buchen				
	19	Tennis	Champ. League					
	20							
	21							
	22							



>>

Das Dasein ist
köstlich, man muss
nur den Mut haben,
sein eigenes
Leben zu führen.

Giacomo Casanova
(hier John Malkovich)



Genießen Sie
IHR Leben,
... es könnte
nämlich Ihr
letztes sein!

Ralph Goldschmidt





>>

Es gibt so viele Bücher,
dass es keinen Sinn hat,
welche zu lesen, die
einen langweilen.

Gabriel García Márquez
Literatur-Nobelpreis 1982



*„Die Lektüre macht
Spaß und fällt auf in der Masse der
Fachliteratur.“*

Handelsblatt

**28 Rezensionen bei
Amazon, davon
25x Bestnote**



... gibt 's auch als Hörbuch:

*„Originell,
einfallsreich und großartig
umgesetzt“*

Julia Weisenberger,
Rezension für
www.leser-welt.de



IHR ANSPRECHPARTNER

zu über 3.500 Referenten



Bitte kommen Sie bei Fragen und Wünschen zu den Referenten und Themen direkt auf uns zu:

Alexander Schungl
Geschäftsführender Gesellschafter
Speakers Excellence GmbH
Fischhof 3/6 · 1010 Wien

Tel: +49 (0)1 230 603 995
Fax: +49 (0)1 230 603 996
Email: info@speakers-excellence.at



Hier finden Sie eine Auswahl von Top100 Speakern, Trainern, Entertainern und Exzellenten Unternehmern. Die Kataloge können Sie bei uns kostenfrei bestellen.

