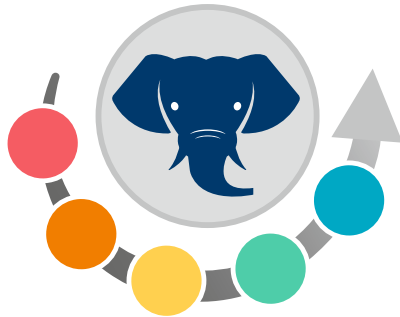


Sascha Schmunk

Charakter



Werde charakterstark

TRACKLISTE

- | | |
|---|-------|
| 1. Einleitung | 11:54 |
| 2. Coachingfragen | 11:33 |
| 3. Dein Trainingsplan | 5:55 |
| 4. Selbsthypnose – Anwendungsempfehlungen | 2:19 |
| 5. Selbsthypnose – Durchführung | 12:18 |
| 6. Challenges | 2:43 |
| 7. Integration in den Alltag | 10:07 |
| 8. Gute Reise | 5:26 |

Gesamtlaufzeit: 62 Minuten

ÜBER MICH

Hi, mein Name ist **Sascha Schmunk** und meine Geschichte beginnt 1980 in einem kleinen Dorf in Hessen.

Aufgewachsen bin ich in einem jungen Elternhaus mit einer jüngeren Schwester, die mir die Bedeutung der Wörter «teilen» und «durchbeißen» lehrte – sehr wichtige Charaktereigenschaften und vor allem, dass «beißen» auch mal wörtlich zu nehmen ist.

Wissbegierig war ich schon immer, was mir besonders in der Schule und Studium zugute kam. Die wichtigsten großen Lebensfragen – wer bin ich, was will ich und wenn ja warum - hatte ich aber weder nach dem Abi, noch dem Studium als Wirtschaftsinformatiker beantwortet bekommen. Trotz hervorragender Abschlussnoten, ich vermute ein Systemfehler.

Abi, Bundeswehr, Studium, Praxissemesters in Mexiko und dann direkt ins Berufsleben: Wer nichts wird wird Wirt oder in meinem Fall: Unternehmensberater. Dann steht man Mitte Dreißig im Leben als sogenannter Senior Manager und fragt sich: Was genau mache ich denn hier eigentlich, für was stehe ich und was will ich eigentlich vom Leben? Alles gelernt und doch irgendwie nicht das Notwendige, nicht den richtigen Fokus gehabt, die falschen Fragen gestellt.

ÜBER MICH

Meine innere Unzufriedenheit startete die Suche: In den folgenden Jahren habe ich mich intensiv mit meinem Ego auseinandergesetzt, gelesen, studiert, wichtige Erfahrungen im Job gemacht mit meinen Projekten, Teams und Kunden, die Welt bereist, mehrere Beziehungen geführt, die alle auf ihre Art sehr bereichernd waren, insbesondere mit Augenmerk auf meine negativen Eigenschaften. Mich weitergebildet, den Stoizismus für mich entdeckt, meditiert und an mir sehr viel gearbeitet.

Das Resultat: Meine ganz eigene persönliche Charakter-Transformation. Dabei habe ich vor allem eines gelernt, wer Veränderung wirklich will, der muss einen Ort schaffen, wo Veränderung stattfinden kann und es gibt Methoden, die einem dabei helfen, das Leben mit anderen Augen wahrzunehmen, um innere Zufriedenheit zu schaffen. Lass nicht zu, dass Zufall deinen Charakter formt – du hast es wahrlich selbst in der Hand.

Dein Charakter Coach

Sascha



Sascha Schmunk, zertifizierter GALLUP Strength Coach, zertifizierter Mentaltrainer, Diplom Wirtschaftsinformatiker, ehemaliger Leistungssportler (Kick-Boxen) und lebendes Vorbild für Deine Charaktertransformation.

www.blackelephantcoaching.de

TESTIMONIALS

AUTHENTISCH. EINFÜHLSAM. STARK.

«Ich hatte das Vergnügen und die Ehre, mit Sascha an einem herausfordernden Engagement zu arbeiten, das letztendlich stark von seinen Fähigkeiten, seiner Erfahrung, seiner Anleitung und seinem Coaching profitierte. Sascha ist eine geborene Führungskraft, ein zutiefst mitfühlender, authentischer, sehr einfühlsamer Mensch, der das Beste in jedem Menschen finden und ihm helfen kann, es zu einer großen Stärke zu entwickeln. Er half mir und meinem Team, unsere Stärken und potenziellen Bereiche für die weitere Entwicklung genau zu identifizieren und Maßnahmen und Strategien zu definieren, um unsere größten Hindernisse in Erfolgchancen umzuwandeln. Ich freue mich darauf, in Zukunft wieder mit Sascha zusammenzuarbeiten.»

Ivan Mandadzhiev,
Business Development Manager,
Accenture





TESTIMONIALS

ENERGETISCH.

«Sascha hat mir ein persönliches Coaching angeboten und ich bin froh, dass ich die Chance genutzt habe. Er half mir, die Vielfalt von Talenten zu verstehen und mit meinen eigenen und denen anderer umzugehen. Auf diese Weise fällt es mir nun viel leichter, in den von mir moderierten Workshops ein hohes Maß an Energie zu erzeugen und aufrechtzuerhalten und das Engagement meiner Workshop-Teilnehmer zu steigern. Ich kann ihnen nun die Möglichkeit geben, ihre Fähigkeiten wirklich zum Leuchten zu bringen.»

Florian Bausch,
Geschäftsprozess Manager,
Freudenberg Sealing Technologies

TESTIMONIALS

AUGEN ÖFFNEND.

«Ich hatte immer Probleme zu wissen, was meine Fähigkeiten und Potenziale waren. Sascha hat mir geholfen, sie zu identifizieren und zu interpretieren. Dank ihm kann ich jetzt meine Stärken sowohl im beruflichen als auch im privaten Bereich reflektieren und effektiv nutzen.»

Janina Rosales,
Senior Analyst,
Accenture



WEITERE TITEL DER REIHE



Michael Draksal

ZEITMANAGEMENT - WERDE ZEITMILLIONÄR

ISBN 978-3-86243-273-8

MP3-Hörbuch • Laufzeit 56 Minuten • 8,99 EUR

Draksal Fachverlag



Anna-Verena Pastoors

INTUITION - WERDE INTUITIVER

ISBN 978-3-86243-275-2

MP3-Hörbuch • Laufzeit 76 Minuten • 8,99 EUR

Draksal Fachverlag

Jetzt überall erhältlich, wo es Hörbücher gibt:

audible 

BookBeat

amazon 

Apple Music

 Spotify



IMPRESSUM

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet abrufbar: <http://www.dnb.de>

Schmunk, Sascha (2021):
Charakter – Werde charakterstark.
Leipzig: Draksal Fachverlag.
ISBN 978-3-86243-274-5

Gesamtherstellung

Draksal Fachverlag
Postfach 10 04 51
D-04004 Leipzig
Deutschland
www.draksal-verlag.de

Sprecher

Sascha Schmunk

Musik

© Draksal Fachverlag GmbH

Aufnahme und Produktion

Waxmood Studio, Leipzig

Layout & Satz

Katja Krüger

Bildnachweis

Bilder von Sascha Schmunk © Sascha Schmunk

© 2021 Draksal Fachverlag GmbH

Alle Rechte vorbehalten

Alle Ratschläge, Gedanken und Tipps beruhen auf Erfahrungen und Meinungen des Autors. Sie wurden nach bestem Wissen und Gewissen und mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt. Eine Garantie kann jedoch nicht übernommen werden. Ebenso ist eine Haftung des Verfassers bzw. des Verlages für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ausgeschlossen. Das Werk einschließlich aller Inhalte ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck oder Reproduktion (auch auszugsweise) in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie oder anderes Verfahren) sowie die Einspeicherung, Verarbeitung, Vervielfältigung und Verbreitung mit Hilfe elektronischer Systeme jeglicher Art, gesamt oder auszugsweise, ist ohne ausdrückliche schriftliche Genehmigung des Verlages untersagt. Alle Übersetzungsrechte vorbehalten.

Sascha Schmunk

Charakter - Werde charakterstark

Charakter ist die Qualität, auf die man sich sicher unter Druck verlassen kann.
Charakter macht den Unterschied und bringt Dich in Deinem Leben weiter als alles andere.

Charakter macht Dich zuverlässiger, besonders Dir selbst gegenüber und verleiht Deiner Persönlichkeit das Fundament, auf dem Du stehen und aufblühen kannst. Dieses Hörbuch ist eine transformierende Reise für Deinen Charakter. Es zeigt Dir, wie man starken Charakter aufbaut und begleitet Dich sechs Wochen lang bei Deiner ganz eigenen Charakter-Transformation. Als Coach und Trainer, mit Übungen und wöchentlichen Challenges, Tipps und Tricks für Deinen Alltag.

**Am Ende Deiner Reise stehst Du:
ein Charaktertyp und ein besserer Mensch.**

www.Transformiere-Dich.online