

THE ART OF GROWTH

Fostering personal growth and confidence sourcing from fundamental concepts about the creative human mind



LEADERSHIP
EXPEDITIONS

Essential mindsets for the Art of Growth: Our Interpretation

From a business perspective, engaging with our creative human mind isn't just a 'nice to have'—it's **THE KEY** to overcoming challenges in an ever-changing, uncertain world. Evolution has equipped us to **navigate uncertainty**, but unlocking this potential requires the right mindsets. By doing so, we can create innovative solutions, build confident and calm teams, and lead with clarity.

For us, the key ingredients for mastering the Art of Growth are:

(1) Deliberately creating a calm state of mind: Research shows that focusing on positive emotions and the respective language, such as hope, vision and compassion, enhances personal growth, creativity, and long-term change—while excessive attention to negative emotions and language, like fear and stress, can inhibit our progress and well-being.

(2) Adopting a Growth Mindset: Growth Mindset is the belief that abilities and intelligence can be developed through effort, learning, and persistence—and are not fixed or given (i.e. so-called Fixed Mindset). Leaders with a Growth Mindset nurture continuous learning, adaptability, and innovation—essential qualities for thriving in a rapidly changing and challenging world.

(3) Embracing an innate-goodness attitude: Recognizing human kindness and cooperation as fundamental traits can transform our perspective on life. Growing research supports this view, challenging outdated assumptions about human nature. By embracing this mindset, we deepen our connections with ourselves and others, reinforcing and expanding our capacity for trust, empathy, and lifelong personal growth.

Why our clients love this approach

Our clients love our interpretation of the Art of Growth because it requires no further training or costly tools. Instead, it taps into their innate creative minds and lived experiences, making it both practical and transformative for their organizations.

Using what is already there enables them to:

- Feel **confident** and **connected** to embrace future challenges—and deal internally with ongoing uncertainty in the outer world
- Rely on the **power of our human creative mind**—independent of the current issues and situations at hand
- Release the feeling of helplessness and stuckness—**gaining trust** in their own **possibilities** of influencing a situation
- Show **stronger leadership** and support their teams—by role-modeling confidence, balance and stability in times of turbulence



*“Less is more.”
“Growth is a lifelong commitment.”
“Love is a transformational tool”.*
—Our guiding principles
at Leadership Expeditions

Leadership Expeditions

www.leadership-expeditions.com



Dr. Karolin Helbig



Dr. Wiebke Stegh



Dr. Isabel von Korff

Contact: guides@leadership-expeditions.com

How we support you

We help cultivate the Art of Growth across all levels of your organization through:

- **Keynotes:** Inspirational talks that introduce the concept and spark change.
- **Workshops:** Interactive, hands-on sessions to explore the concepts behind the Art of Growth.
- **Leadership Expeditions:** Longer-term journeys with bite-sized nuggets and peer learning.

Discover our tailored programs to help your organization thrive and grow in a changing world.

Mehr persönliches Wachstum, Vertrauen und nachhaltige Veränderung — basierend auf grundlegenden Konzepten unseres kreativen Geistes

Grundlegende Mindsets für die Kunst des Wachstums:

Aus unternehmerischer Sicht ist die Beschäftigung mit unserem kreativen menschlichen Geist kein „nice to have“, sondern **DER SCHLÜSSEL**, um unsere Herausforderungen in einer sich ständig verändernden und unsicheren Welt zu bewältigen. Tatsächlich sind wir evolutionär gut gerüstet, mit Unsicherheit umzugehen — und wir täten gut daran, mit einem entsprechenden Mindset, dieses Potenzial zu nutzen, um innovativere Lösungen zu kreieren und Zuversicht und Ruhe in Teams zu schaffen.

Für uns sind die wichtigsten Zutaten, um die Kunst des Wachstums zu erlangen, folgende:

(1) Bewusst einen ruhigen Geisteszustand kreieren: Forschung zeigt, dass die Konzentration auf positive Emotionen und die entsprechende Sprache (wie Hoffnung, Vision und Mitgefühl) persönliches Wachstum, Kreativität und langfristige Veränderungen fördert—während ein übermäßiger Fokus auf negative Emotionen und Sprache (wie Angst und Stress) unseren Fortschritt und unser Wohlbefinden hemmen kann.

(2) Ein Growth Mindset einnehmen: Growth Mindset ist die Überzeugung, dass Fähigkeiten und Intelligenz durch Anstrengung, Lernen und Ausdauer entwickelt werden können—und nicht festgelegt oder gegeben sind (sogenanntes Fixed Mindset). Führungskräfte mit einem Growth Mindset fördern kontinuierliches Lernen, Anpassungsfähigkeit und Innovation—wesentliche Eigenschaften, um in einer sich schnell verändernden und herausfordernden Welt erfolgreich zu sein.

(3) Eine “Im Grunde gut”-Haltung einnehmen: Die Überzeugung, dass Menschen grundsätzlich freundlich und kooperativ sind, kann zu einer radikalen lebensveränderten Perspektive führen. Wenn wir davon ausgehen, dass Menschen im Grunde gut sind, erweitern wir das Potenzial für Verbundenheit, mit uns selbst und anderen —und ermöglichen so lebenslanges persönliches Wachstum.

Was unsere Kund:innen an diesem Ansatz begeistert

Unsere Kund:innen lieben unsere Interpretation der Kunst des Wachstums, denn es braucht kein extra Wissen oder teure Hilfsmittel, um sie in ihrer Organisation zu implementieren—sondern vielmehr ein Explorieren der eigenen Möglichkeiten. **Mit dem zu arbeiten, was schon da ist**, ermöglicht unseren Kund:innen:

- sich **zuversichtlich** und **verbunden** zu fühlen, um künftige Herausforderungen zu managen—und einen inneren Umgang mit den Unsicherheiten in der äußeren Welt zu finden.
- sich auf die **immerwährende Kraft des menschlichen kreativen Geistes** zu verlassen—unabhängig vom aktuellen Thema.
- das Gefühl der **Hilflosigkeit und des Feststeckens** loszulassen—und Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten zu gewinnen, Situationen beeinflussen zu können.
- eine **stärkere Führungsrolle** einzunehmen und ihre Teams zu unterstützen, indem sie Zuversicht, Ausgeglichenheit und Stabilität in turbulenten Zeiten vorleben.



“Weniger ist mehr.”
“Wachstum ist ein lebenslanges Commitment.”
“Liebe ist ein transformierendes Werkzeug”.

—Unsere leitenden Prinzipien bei Leadership Expeditions

Leadership Expeditions

www.leadership-expeditions.com



Dr. Karolin Helbig



Dr. Wiebke Stegh



Dr. Isabel von Korff

Kontakt: guides@leadership-expeditions.com

Wie wir unterstützen können

Von inspirierenden Keynotes bis zur langfristigen Führungskräfte-Entwicklung – wir passen unser Angebot zielgenau an das an, was gebraucht wird.

- **Keynotes:** Inspirierende Talks zur Einführung, um erste Veränderungen anzustossen
- **Workshops:** Interaktive, praxisrelevante Sessions die die Konzepte dahinter genauer explorieren
- **Leadership Expeditions:** Langzeit-Lernreisen mit kleineren Nuggets und Peer-Learning

Wir entwickeln maßgeschneiderte Programme, die euch dabei unterstützen, in einer sich wandelnden Welt erfolgreich zu sein und lebenslang zu wachsen.