

Den Fokus im Fokus behalten.

Verfolgen Sie Ihre Ziele selbstbewusst, gelassen und konsequent



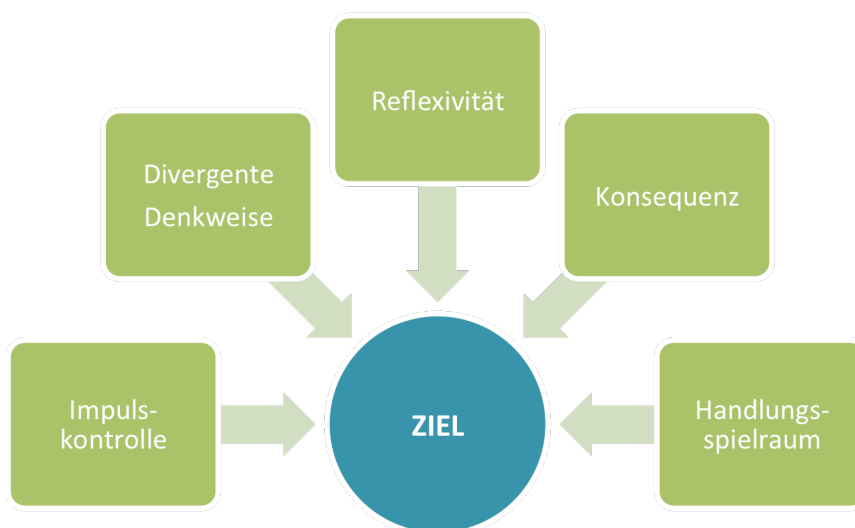
Zielorientierte Menschen haben eine klare Strategie, sind reflexiv und bringen Dinge zu Ende

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie Menschen es schaffen, ihre Ziele trotz einem immer komplexer werdenden Arbeitsumfeld konsequent und erfolgreich umzusetzen?

Zielorientierte Menschen können sich über einen längeren Zeitraum auf eine Aufgabe konzentrieren und lassen sich nicht von Impulsen, wie z.B. eingehenden E-Mails, ablenken. Sie sind bereit, ihre Komfortwelt zu verlassen und erweitern durch eine divergente Denkweise ihr Strategie- und Lösungsrepertoire. Sie legen ihren Fokus auf ihren Handlungsspielraum.

Reizüberflutungen lassen das Gehirn permanent im Arbeitsmodus verweilen – zu Lasten von Entspannung und einem erholsamen Schlaf.

Und ab wann richten Sie Ihre Aufmerksamkeit und Achtsamkeit auf Ihre Ziele...?



Einflussfaktoren auf die Zielerreichung

Damit beschäftigen Sie sich im Rahmen des Workshops!

- Meine Ressourcen lokalisieren, aktivieren, stärken und transferieren
- Reflexion meiner Impulskontrolle im Alltag
- Identifikation und Minimierung etwaiger Blockaden
- Balance zwischen An- und Entspannungsphasen schaffen
- Individuell abgestimmte Übungsmaßnahmen