

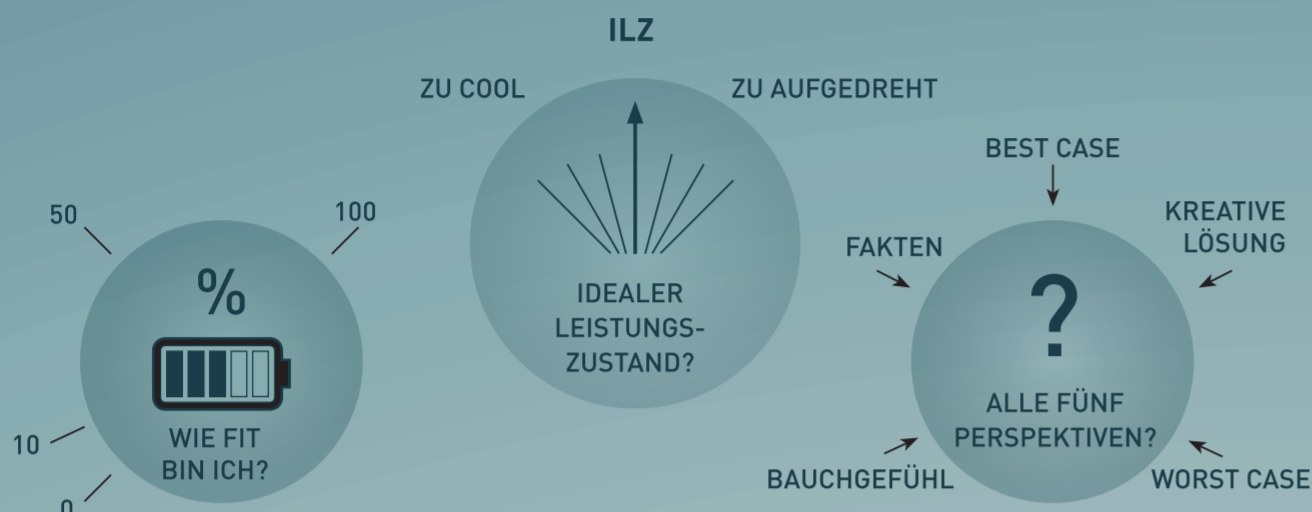
# - Werkzeuge für den Weiterweg -

## Erfolgs-Kurs-Cockpit



DAMIT ICH OPTIMAL UNTERWEGS BIN

Welche Werte geben mir eine nützliche Rückmeldung ob ich auf Erfolgskurs bin?



## Helikopter-Perspektive

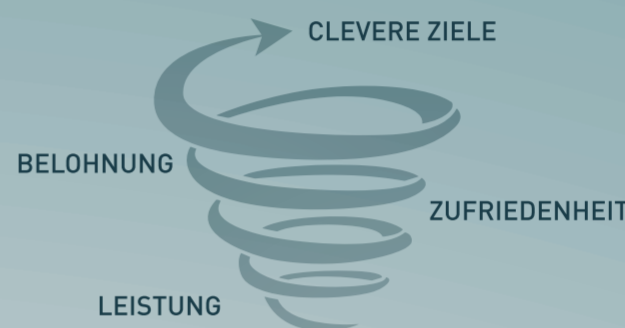


WENN ICH MICH UND MEIN UMFELD VON GANZ WEIT OBEN ANSCHAUEN:

Was fällt mir jetzt auf?  
Was werde ich tun, wenn ich genau so sein kann, wie ich will?  
3 bis 5 gute Ratschläge an mich selber!

## Positive Spirale

WIE KANN MIR DER WEG UND DAS ZIEL NOCH MEHR SPASS MACHEN?



## Gewaltfreie Kommunikation

KLARHEIT BEIM SPRECHEN UND VERSTEHEN



## Hardiness

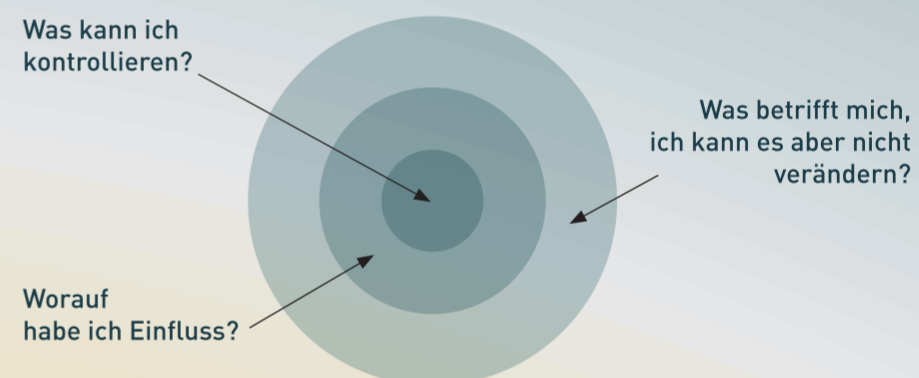
WIE KANN ICH IN DER HERAUSFORDERUNG MEIN DÜRFEN, WOLLEN UND EINEN GUTEN PLAN B FINDEN UND AKTIVIEREN?



## Eigenverantwortung

FOKUS AUF MEINEN EINFLUSSBEREICH

Wie kann ich mich auf meine Handlung fokussieren?



## Lösungen von 1 bis 10

DAS ECHTE THEMA BEIM NAMEN NENNEN UND ZWISCHEN 1 UND 10 SKALIEREN.

Wenn die 10 das Maximum ist und die 1 das Gegenteil - wo bin ich jetzt?  
Wichtig:

A: Was ist der Unterschied zu 1?

B: Was ist anders, wenn ich einen Schritt weiter bin?

C: Wenn es ganz schwierig ist: Was machen, damit es nicht schlimmer wird?



## Zeitsprung

WAS WILL ICH EINMAL DARÜBER ERZÄHLEN KÖNNEN?



Warum habe ich es gemacht?  
Wie war ich unterwegs?  
Was habe ich erreicht?  
Worauf bin ich besonders stolz?

## Schritt für Schritt zum Weiterweg

- 7 DANKBARKEIT (ZUFRIEDENHEIT = WIRKLICHKEIT/ANSPRÜCHE)
- 6 LERNEN - OPTIMIEREN - ENTWICKELN
- 5 TUN & FÜHREN UND DAS FEUER DAFÜR PFLEGEN
- 4 LÖSUNGEN (ER-)FINDEN UND PLANEN
- 3 VERÄNDERUNG UND/ODER NEUER UMGANG DAMIT?
- 2 INNERE STÄRKE UND BESTFORM FINDEN (OXYGEN FIRST!)
- 1 BEOBACHTEN & AKZEPTIEREN (WAS IST, DARF SEIN)

## 3 Ecken der Veränderung

DAS NEUE HAT 3 ECKEN - WIEVIEL KLARHEIT IST SCHON DA?

