

Fragen Sie sich mal!

Kennen Sie das auch ?

dass Sie ins Büro kommen und schon vorher wissen, was wie der alles schwierig wird ?

Kennen Sie das auch ?

dass Sie Ihrem Mann-im-Ohr (oder ist es eine Frau ?) zwar zuhören, wenn er Ihnen Tipps gibt, diese Tipps aber blitzschnell verwerfen ? (Sie hatten sich schließlich schon hundert Mal vorgenommen, endlich eine andere Zeitplanung einzuführen, und schon wieder tun Sie es nicht...)

dass dieser "innere Berater" auch meckern kann und Sie nicht wissen, ob Sie auf ihn mit Heftpflaster, Ohrstöpsel oder Baseballschläger reagieren sollen ? (" Hätte ich doch nur auf meine innere Stimme gehört...")

Kennen Sie das auch ?

dass Sie genau wissen, was alles NICHT passieren darf und dann sauer auf alles und jeden sind, vor allem auf sich, wenn es doch passiert ? ("Hab ich's doch gewußt ! Konnte ja nicht gut gehen.")

dass Sie demgegenüber oft nicht genau sagen können, was Sie sich stattdessen wünschen ?

dass Sie sich Ziele setzen, sie aber nicht erreichen ?

Kennen Sie das auch ?

dass Sie den Eindruck haben, Ihr Terminkalender, Ihre Familie, Ihre Schreckensakte oder die Organisation Ihre Büros entschieden über den Grad Ihrer Ausgeschlafenheit und über Ihre Zeitplanung ? Jemand anders als Sie regiere also Ihr Leben ?

Kennen Sie das auch ?

dass der Urlaub entgegen Ihrer Absicht nicht zu einer Erholung von den Aktenbergen sondern zu einer Anhäufung der selben führt ?

dass Sie sich schnell "ausgebrannt" fühlen ?

Kennen Sie das auch ?

dass Sie "eigentlich" in Ihrem Leben eine oder zwei entscheidende Änderungen herbeiführen "müßten"... (Wenn nur die vielen Hindernisse nicht wären !)

Programm

1) " Nur wer sich selbst führt, kann andere führen " (Lee Iacocca)

eigene Ressourcen aufspüren und bewußt einsetzen

die Fähigkeitenbörse

die fünf Sinne als Tor zur Welt

die sinnliche Selbstwahrnehmung als Grundlage für "Selbststeuerung"

verbale Hinweise auf "starke Seiten"

mentale Steuerung von Befindlichkeit und Verhalten

lieber Bürgermeister im kleinen Dorf als Vize in der großen Stadt (Und wer steuert Ihren Bus ?)

2) "Wenn du den Gipfel nicht gesehen hast, brauchst du auch keinen Kompaß" (Dr. Roderich Heinze)

Problembewußtsein durch Zielbewußtsein ersetzen

Woher soll ich wissen, wohin ich wirklich will ?

Sie haben Visionen ? Herzlichen Glückwunsch !

Ziele "sauber" definieren

Ziele in Teilziele zerlegen

Ziele erreichen

Hindernisse sind die Folgen von Veränderungen !

3) Umgang mit komplizierten Menschen und Kollegen

spiegeln, abholen, führen - drei Schritte zu einer besseren Kommunikation

Rapport aufbauen, halten, nutzen

verbale Zugangshinweise zu den Sinneskanälen

unterschiedliche WahrnehmungsfILTER in der Kommunikation kennen und nutzen

die "internale Lupe" - "schwierige Partner" außen genau ansehen (Mitarbeiter, Mandanten)

der "internale Dialog" - auf schwierige innere Partner hören ! (Persönlichkeitsteile)

Wenn du was von jemandem willst, dann laß ihn reden !

Enthypnotisierung - neue Verhaltensmöglichkeiten schaffen !

4) Ohne Krise keine Chance !

eine krisenhafte Situation neu erleben

die "logischen Ebenen" der Persönlichkeit

konstruktiver Umgang mit eigenen Streßprogrammen

Wie schaffe ich mehr Nähe oder mehr Distanz zum Geschehen ?

