

Frühjahrsputz für persönlichen Erfolg



Das neue Jahr ist noch jung und die guten Vorsätze für das Jahr 2014 sind noch präsent. Wie kommen Sie damit voran? Läuft es wie gedacht? Sind Sie noch motiviert? Oder stockt die Umsetzung?

Vielleicht braucht es noch einen gründlichen „**Frühjahrsputz**“, um auszumisten, durchzulüften und mit frischer Energie die guten Vorsätze dann wirklich in die Tat umzusetzen. Die Wochen am Jahresanfang bieten eine gute Gelegenheit, im eigenen Leben Ordnung zu schaffen, sich zu sortieren und zu strukturieren.

Wie läuft der „Frühjahrsputz“ ab?

Entrümpeln, loslassen und Platz schaffen

Am Anfang steht das Entrümpeln. Sie trennen sich von nutzlosem Ballast und lähmenden Blockaden. Alles was bremst (Gewohnheiten, Glaubenssätze und Aufgaben) wird geordnet, aufgeräumt und ausgemistet. So schaffen Sie Platz für neue Erfolge und frische Lebendigkeit. Loslassen bedeutet: Hände frei bekommen für Neues.

Ziele klären und anvisieren

Nun wird geplant. Was genau ist für Sie Erfolg? Und was sind Ihre wahren Wünsche und Ziele? Je klarer und konkreter die Ziele sind und je zielgerichteter die Ressourcen darauf ausgerichtet sind, desto schneller und freudvoller können Sie Ihre Ziele erreichen.

Die Kernfrage ist also: Wofür schlägt Ihr Herz wirklich? Und welchen ganz konkreten Nutzen und Vorteil haben Sie davon, wenn Sie das Ziel erreicht haben?

Ärmel hochkrempeln und durchstarten

Nun werden die einzelnen Meilensteine für die Umsetzung Ihrer Ziele geplant und die konkreten Schritte festgelegt.

Welche Maßnahmen sind wie und wann zu tun? Woher bekommen Sie Unterstützung und Energie? Welche Hürden, Energieräuber lauern unterwegs und wie können Sie diese wirkungsvoll ausschalten?

Und ... die wichtigsten Frage: Wann genau fangen Sie an?

Dieser reinigende Prozess bringt Ihnen die nötige Klarheit und Energie für die Umsetzung Ihrer Ziele!

„Wer Ballast abwirft, kann Neues aufnehmen.“
(Hans Lohberger)

Weitere Informationen finden Sie unter: <http://www.shift-thinking.de/coaching.php>

*Dynamik im Denken.
Dynamik im Leben.*