

Change - Mindset Week

Programm

Aufzeichnung - Video 1

TAG 1 - Lebe deine Werte

Was ist dir eigentlich wichtig? So viele Menschen leben nach dem was sie nicht wollen, überlegen sich aber nie was sie eigentlich wollen. Das machen wir zusammen an **Tag 1 - Lege deine Werte fest.**

Aufzeichnung - Video 2

TAG 2 - Wie zufrieden bist du

Oft erlauben wir uns Fülle und Visionen in einem **bestimmten Lebensbereich und vernachlässigen dafür andere.** Definiere die für dich wichtigsten Lebensbereiche und schätze deine Zufriedenheit ab.

Aufzeichnung - Video 3

TAG 3 - Wie sieht die beste Version aus

Finde an Tag 3 dein inneres Bild, das den perfekten, zufriedensten, erfülltesten Zustand in dir darstellt, bezogen auf den Lebensbereich und deine Werte. **In welche Richtung darf es gehen?**

Aufzeichnung - Video 4

TAG 4 - Wie fühlst du wenn du dein Ziel erreicht hast

Alles was wir tun, tun wir um ein bestimmtes Gefühl zu fühlen. **Welches Gefühl hättest du, wenn du deiner Veränderung Raum gibst.** Welche neuen Gedanken würdest du denken? Finde es an Tag 4 heraus.

Aufzeichnung - Video 5

TAG 5 - Welche Zweifel hast du

Ganz sicher hast du Zweifel. Hol sie an Tag 5 ab und begegnen ihnen vorab schon einmal. So verlieren sie an Kraft und du bist mental bereit, dich ihnen zu stellen.