

Inhalt der Life Coaching Module

<b>Wochen- Modul:</b>	<b>Das werden wir umsetzen:</b>
Eingangs- Interview	Gegenseitiges Kennen lernen und Beschreibung der Erwartungshaltung
Zielsetzung	Spezifische Ziele und Aktionsschritte schriftlich festhalten
Lightning Speed Action	Aktives Handeln in Lichtgeschwindigkeit zur sofortigen Umsetzung
Life Balance	Gleichgewicht durch die ausgeglichene Gestaltung aller Lebensbereiche
Prioritäten & Fokus	Konzentration bündeln und auf die wichtigste Aufgabe lenken
Zeitführung	Die wichtigste Ressource sinnvoll und gewinnbringend nutzen
Werte & Leidenschaft	Entscheidende Faktoren für ein glückliches und erfülltes Leben finden
Lebensvision	Mission Statement entwerfen, das über kurzfristige Ziele hinausgeht
Persönlichkeitswachstum	Durch die eigene Weiterbildung wesentliche Fähigkeiten erlernen
Entscheidungsfreude	Sich für die Erreichung seines Zieles vollkommen verpflichten
Veränderungen	Permanente Veränderungsprozesse als Fortschritt begreifen
Problemlösung	Hindernisse bei der Zielerreichung leichter überwinden
Chancendenken	Glück und Erfolg durch eine optimistische Einstellung beeinflussen
Proaktivität & Eigeninitiative	Verantwortung übernehmen und Eigeninitiative entwickeln
Selbstorganisation	Zeit, Ziele und Lebensraum unter Kontrolle haben
Beruf & Karriere	Die wichtigsten Managementgesetze kennen und einsetzen
Wohlstand & Reichtum	Vermögen aufbauen, um finanzielle Unabhängigkeit zu erlangen
Motivation & Begeisterung	Mit Leidenschaft etwas in Bewegung bringen
Vitalität & Energie	Physische, mentale und spirituelle Energie mobilisieren
Lebensfreude	Das Leben im hier und jetzt in vollen Zügen genießen
Selbstvertrauen	Ängste in Mut verwandeln, um Hindernisse zu überwinden
Image & Erscheinungsbild	Menschen durch Charisma, Aussehen und Auftreten für sich gewinnen
Kommunikation	Optimal mit sich selbst und anderen kommunizieren
Kontakte & Beziehungen	Privat und beruflich gewinnbringende Beziehungen aufbauen
Dankbarkeit	Innere Zufriedenheit, Ruhe und Ausgeglichenheit finden
Einstellung & Glauben	Das Unterbewusstsein durch unsere Geisteshaltung beeindrucken
Programmierung & Autosuggestion	Neue Einstellungen, Gewohnheiten und Überzeugungen schaffen