

Ihr persönliches Wachstumsprogramm

Wie Sie Ihr wahres Potenzial ausschöpfen



Routine durch frischen Wind ersetzen

Wir Menschen brauchen manchmal externe Impulse, um jenseits unserer üblichen Denkmuster und Routinen neue Perspektiven zu entdecken. Nur wenn wir unseren geistigen Horizont erweitern, können wir unsere privaten und beruflichen Stärken flexibel weiter entwickeln.

Nachfolgend finden Sie Anregungen für neue Sichtweisen und "frischen Wind": Verlassen Sie Ihre Komfortzone und lassen Sie sich von Ihren eigenen Ideen und Aktionen inspirieren.

Neun Tipps für Inspirationsquellen

- 1) Lesen Sie eines der aktuellen "Spiegel"-Bestseller
- 2) Hören Sie ein Hörbuch, beispielsweise auf Streamingdiensten
- 3) Gehen Sie in einen Kinofilm, ins Kabarett oder ein Theaterstück
- 4) Schauen Sie sich drei neue Videos auf YouTube an
- 5) Lernen Sie zwei neue Menschen kennen, die für innovative Vorhaben bekannt sind - oft sind dies Querdenker
- 6) Kaufen Sie etwas, was Ihnen hilft, erfolgreicher zu sein (ein "Tool" oder eine "Stellschraube")

7) Melden Sie sich für einen Workshop an. Ein Seminar kann wie ein Elixier wirken - Beispiele finden Sie in der rechten Spalte.

8) Probieren Sie etwas aus, von dem Sie vermuten, dass es Ihnen Freude bereiten oder neue Energie bringen könnte. Gönnen Sie sich etwas, womit Sie schon immer geliebäugelt haben.

9) Zum Abschluss eine Empfehlung, die einfach klingt, aber für manche Klienten eine Herausforderung darstellt:

Nehmen Sie sich Ihre "persönliche Stunde"

Reservieren Sie jede Woche großzügig eine Stunde ganz für sich - als ein Stück gelebter Freiheit. Diese Zeit gehört nur Ihnen, so dass Sie in Ruhe nachdenken, überlegen und reflektieren können.

Sie können diese kreative Pause auch "Brainstorming", "freies Assoziieren" oder "innere Entdeckungsreise" nennen. Sorgen Sie während dieser Zeit für "Funkstille", was bedeutet, dass Sie nicht durch Besucher, Mobiltelefon oder Computer gestört werden.

Sie werden überrascht sein, welche neuen Ideen spontan in Ihrem Bewusstsein auftauchen und welche Türen sich öffnen, hinter denen unerwartete Möglichkeiten liegen. Halten Sie die positiven Optionen in Ihrem persönlichen Notizbuch schriftlich fest - sonst sind sie leicht weg.

Fazit und Ausblick

Nehmen Sie sich die Zeit, die obigen Dinge umzusetzen und schauen Sie nach vier Wochen, wohin Sie Ihre neu gewonnenen Einsichten, Einfälle und Erlebnisse geführt haben. Wahrscheinlich werden Sie sich automatisch zu dem hinwenden, was gut zu Ihnen passt und werden symbolisch gesehen in eine "höhere Liga" aufsteigen. So kommen Sie **dem Leben** näher, das Sie eigentlich schon immer führen wollten.

Weitere Tipps sowie Audio und Video

www.umbachpartner.com/de/ihr-persoenliches-wachstumsprogramm