



Maria Reischauer
Coach und Mediatorin

Die Macht der positiven Motivation - Programmierung zum Erfolg

Was motiviert uns? Wann sind wir motiviert? Und wenn, wozu? Was veranlasst uns zu handeln?

Wenn wir uns darüber klar werden, was uns motiviert, können wir eine persönliche Motivations-Strategie entwickeln. Der nächste Schritt bedeutet ins Handeln zu kommen. Denn nur dann erhalten wir Ergebnisse.

Ab und zu ist es Erfolg, ab und zu sind es Lernerfahrungen. Erfolgreiche Menschen versuchen einfach mehr als alle anderen. Natürlich sind auch viel mehr Fehlschläge dabei, aber auch einiges, das funktioniert und dadurch konkrete Resultate bringt.

Sie können Ihre Gedanken-Energie und Ihre Sprache für sich nutzen: das, was Sie sich denken (Sprache

nach innen) und das was Sie „äußern“ (Sprache nach außen) wirkt.

Kennen Sie die eine oder andere Situation in ihrem Alltag, die Sie auch besonders fordert, die Sie jedoch gerne meistern würden?

Dann sind besonders diese 2 Werkzeuge hilfreich: Ihre Gedankenkraft und Ihre Sprache. Visualisieren Sie: Stellen Sie sich den gewünschten Endzustand vor und genießen Sie die dabei die wachsende Sicherheit. Verwenden Sie Wörter gezielt. Machen Sie sich selber klar, was Sie wollen und adaptieren Sie entsprechend Ihre Sprache.

Das Programmieren zum Erfolg ist durch gezielte Schritte gut anwendbar.