

Unser inneres Experten-Team (3/4)

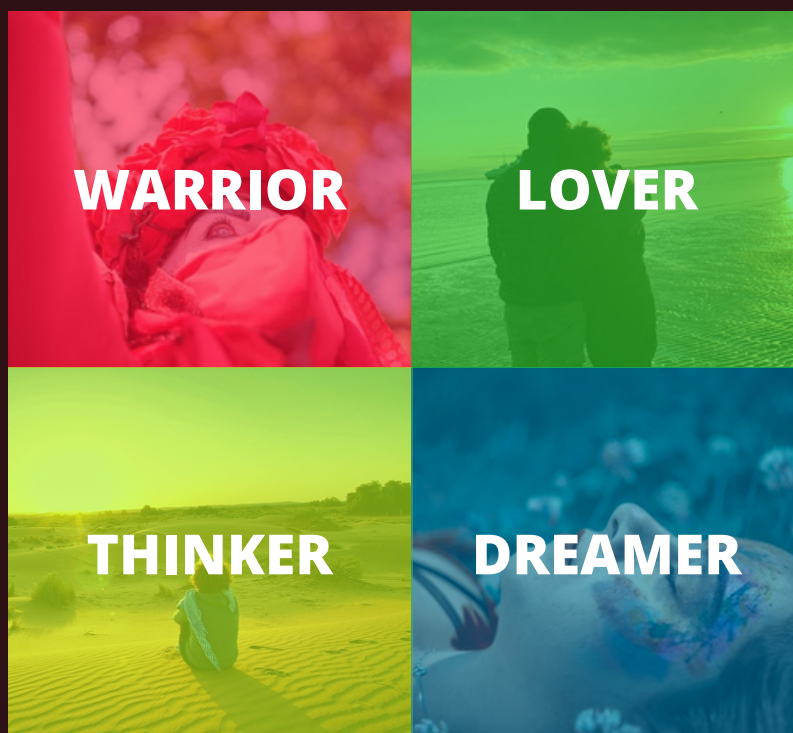
Du bist zum dritten Mal hier? Fantastisch! Ich bin so gespannt auf dein Feedback. Wie und ob dich das Konzept der Vier weiter bringt.

Falls du heute einsteigst, kommt hier eine kurze Zusammenfassung:

Mit The Warrior, The Lover, The Thinker und The Dreamer haben wir ein echtes Expert:innen-Team in uns. Manche still, manche laut. Wie das so ist bei Verhandlungen. Richtig stark sind wir, wenn die vier in uns ausbalanciert an unserem inneren Verhandlungstisch zu Wort kommen. Dann aktivieren wir unser Potenzial für Leistung, Verbundenheit, Klarheit und Vision am ehesten aus.

HEUTE, IM DRITTEN TEIL, SCHAUEN WIR UNS THE THINKER IM TEAM AN. LOS GEHT'S.

P.S.: Lade dir einfach den ersten und zweiten Teil auch runter. Du kannst jederzeit einsteigen.





**Die Quelle des THINKER sind Logik, Fakten, Wissen.
Und die machtvollsten Kräfte: Gedanken und Vernunft**

**Der innere THINKER sorgt für Sicherheit, Perspektivwechsel,
Substanz.**

Wir brauchen den THINKER um

- **zu denken, zu wollen, zu handeln.**
- **Neues mit Substanz zu entwickeln.**
- **Unser Potenzial zu entfachen!**

It's all about thoughts.

ÜBUNG 1

POTENZIAL UND PERFORMANCE

WIR SIND, WAS WIR DENKEN.

Die Stärke des THINKER liegt darin, Fakten und Logik heranzuziehen, Konsequenzen zu berücksichtigen und Situationen von allen Perspektiven nüchtern zu betrachten.

Lerne deinen Thinker besser kennen und beantworte diese Fragen:

- Ist die Sicht des Thinkers auf die Welt vertraut und angenehm für dich? Ist es herausfordernd für dich, wenn der Thinker in dir bei den Verhandlungen laut wird? Hörst du ihn/sie überhaupt?
- Wie stehst du zu Klugheit Demut Neugier Geduld?
- Wie nutzt du die Macht der Vernunft deines inneren Thinker?
- Wann hast du auf deinen Thinker gehört, wenn Konsequenzen und Risiken in den Ring geworfen wurden? Wann hast du widersprochen, wenn es um Vernunft ging? Was hast du aus beidem gelernt?
- An welchen Überzeugungen hält dein Thinker ganz stark fest? Welche alternativen oder gar gegenteiligen Überzeugungen sollte The Thinker zulassen? Welche Informationen oder Analysen könnten deinen Thinker davon überzeugen, dass Alternativen gewinnbringend und zulässig sind?
- Wie nimmst du deine/n Thinker wahr? Welche Strategie kennst du? Unter den Vieren eher als Anführer oder unauffällig? Was passiert, wenn dein Thinker das Zepter übernimmt bzw. in der Versenkung verschwindet?
- Was wirst du ab morgen tun, um deinen inneren Thinker in Balance zu erleben? Denke zB an die von dir beschriebene, konkrete Situation.

Schreibe auf das Blatt SUMMARY, wie dein Thinker sich für alternative Konzept öffnen kann. Wann probierst du es aus? Wem erzählst du davon?

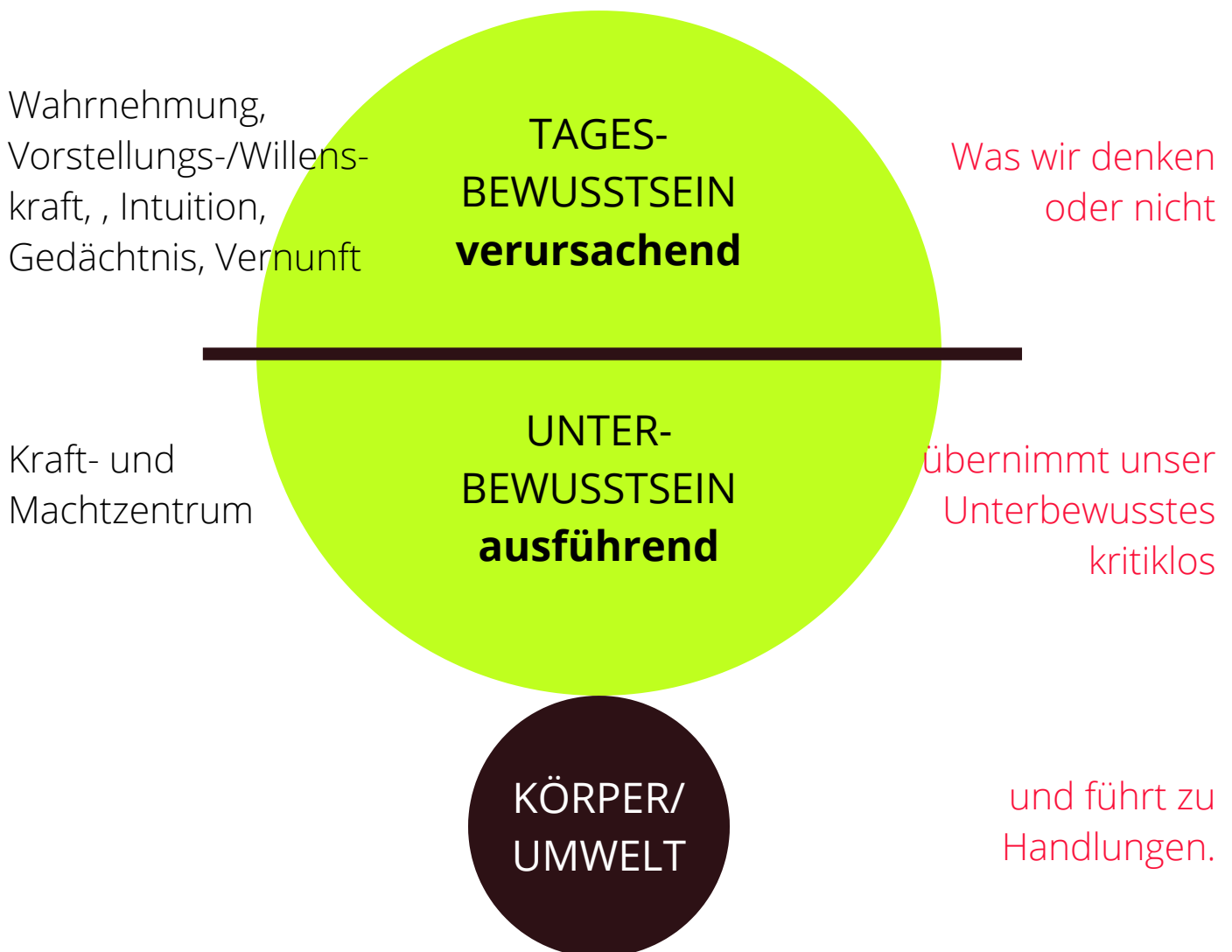
ÜBUNG2 /INPUT

Das Strichmännchen-Konzept von Dr. Thurman Fleet, Begründer der so genannten "Concept Therapy;" macht deutlich:

WIR SIND, WAS WIR DENKEN.

Vereinfacht dargestellt bedeutet das: Unsere Gedanken produzieren Gefühle und münden in Handlungen.

Wir sind die Urheber unserer Limitierungen bzw. der Entfaltung unseres Potentials. Beides ist täglich aufs Neue nur einen Schritt entfernt, nämlich der unserer Entscheidung, was wir denken wollen.



Such' dir eine beliebige Challenge aus: ein Vortrag, kein Zucker, 12 km laufen, einen Streit klären,...

1. Wie zuversichtlich bist du von 1/gar nicht-10/absolut, dass du es mit Leichtigkeit schaffst?

Nimm dir an nur einen bestimmten Tag aber konsequent vor

- dir selbst nichts zu glauben, das dich ausbremst (außer Notsituationen, natürlich)
- jeden kritischen Gedanken in einen positiven umzukehren
- dir jede halbe Stunde kurz und konkret vorzustellen, zu fühlen, zu riechen, zu spüren, wie es ist, wenn du es geschafft hast.

2. Wie zuversichtlich bist nun nun auf einer Skala von 1-10. Oder hast du deine Challenge etwas bereits gemeistert?

Wenn du möchtest, beschreibe dir selbst auf dem Blatt SUMMARY dein Erleben/deine Erkenntnis.

-



KÖRPER/
UMWELT

ÜBUNG 1: MEHR VON MEINEM THINKER

ÜBUNG 2: CHALLENGE/ERKENNTNIS?

NEUGIERIG AUF MEHR?

**AM LETZTEN DONNERSTAG MACHEN WIR DAS
TEAM MIT THE DREAMER VORERST
KOMPLETT.**