



*Triff jetzt
die richtigen
Entscheidungen*

WORKBOOK

Ich gratuliere Dir! Dieses Workbook dient zur Vorbereitung des Online-Trainings »Triff jetzt die richtigen Entscheidungen mithilfe der BEV-Entscheidungstechniken«.

Dieses Training wird Dich befähigen, in Deinem Leben bessere Entscheidungen zu treffen. Ich zeige Dir, was Du tun kannst, damit Du in Zukunft immer die für Dich richtigen Weichenstellungen vornimmst – in allen Bereichen, egal ob es um berufliche, finanzielle, zwischenmenschliche oder um Deine ganz persönlichen Angelegenheiten geht.

Zur Vorbereitung auf das Online-Training es für Dich von enormem Vorteil, dieses Workbook durchzuarbeiten. Es hilft dabei, Dir bewusst zu machen, wo in Deinem Leben der Wunsch nach einer Verbesserung am größten ist und was für ein gewaltiges Potenzial in Dir schlummert.

Am Ende wirst Du einen klaren Blick dafür haben, wie Du mit der Macht der richtigen Entscheidungen Dein Leben positiv verändern kannst.

Deshalb beginnen wir direkt mit der Umsetzung.

Dein Robert Hess



Vorbereitung

Nimm Dir Zeit dafür, Dich mit diesem Workbook zu beschäftigen. Denk daran: Es geht buchstäblich um Dein Leben, um Deine Zukunft!

Solltest Du nicht allein sein, sorg dafür, dass Du ungestört bist.

Dein Smartphone sollte stumm geschaltet sein, in Deiner Umgebung kein Fernseher und kein PC in Betrieb sein.

Kurz: Du vermeidest jegliche Ablenkungen.

Setz Dich bequem hin, am besten auf Deinen Lieblingsplatz. Ansonsten brauchst Du nur noch einen Ausdruck von diesem Workbook, einen Stift und, falls nötig, eine Schreibunterlage.

Und nun kannst Du Dich ganz darauf konzentrieren, was Dir in Deinem Leben wichtig ist.



Aufgabe 1: Deine Lebenssituation

Denk über Deine Lebenssituation nach. Was läuft gut, wo gibt es Defizite, was hättest Du gern verändert?

Mach Dir bewusst:

- Deine gesamte aktuelle Situation ist das Ergebnis von Entscheidungen – Entscheidungen, die Du selbst getroffen hast und laufend triffst.
- Die Qualität Deines Lebens steht also in direktem Zusammenhang mit der Qualität Deiner Entscheidungen.
- Wenn Du Deine Lebensqualität verbessern willst, musst Du Deine Fähigkeit verbessern, richtige Entscheidungen zu treffen.
- Du kannst Deinem Leben ab sofort eine andere Richtung geben, wenn Du lernst, bessere Entscheidungen zu treffen – ganz egal um welchen Lebensbereich es sich handelt!

Hier kannst Du Dir Deine Gedanken über Deine aktuelle Lebenssituation notieren und darüber, welche Entscheidungen dafür maßgebend gewesen sein könnten:



Aufgabe 2: Realitäts-Check

Überleg Dir in Ruhe, was Dir im Leben aktuell besonders wichtig ist. Ist es Liebe, Gesundheit, Wohlstand, sind es Beruf, Hobby, Freunde, Erfolg?

Was immer es ist, schreib die fünf wichtigsten Punkte auf:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Wie würdest Du Deine Fähigkeit einschätzen, gute bzw. richtige Entscheidungen in den jeweiligen Bereichen zu treffen?

Bewerte diese Fähigkeit für jeden Bereich, den Du gerade aufgeschrieben hast, auf einer Skala von 1 bis 10 (10=hervorragend; 1=sehr schlecht):

- 1 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
|-----|
- 2 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
|-----|
- 3 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
|-----|
- 4 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
|-----|
- 5 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
|-----|



Aufgabe 3: Dein Veränderungspotenzial

Bleiben wir bei den Bereichen, die Du auf der vorhergehenden Seite als wichtig angesehen hast.

Wie würde sich Dein Leben ändern, wenn Du in diesen Bereichen in Zukunft bessere Entscheidungen treffen würdest?

Nimm Dir für diese Aufgabe gern »alle Zeit der Welt«, denn es ist wichtig, dass Du Dein Potenzial erkennst, das hier schlummert!

1 _____

2 _____

3 _____

4 _____

5 _____



Welche dieser Lebensbereiche möchtest Du – mit dem Wissen, dass Du in Zukunft die richtigen Entscheidungen für Dich treffen wirst – aktiv verändern?
Wie würde eine solche Veränderung im Detail aussehen?

1

2

3

4

5



Das Training

Perfekt – die Vorbereitung hast Du hiermit gemeistert!

Die Basis ist gelegt, damit Du das Training effektiv für Dich nutzen kannst.

Nun ist es enorm wichtig, auch die nächsten Schritte zu gehen.

Sieh Dir das Online-Training »Triff jetzt die richtigen Entscheidungen mithilfe der BEV-Entscheidungstechniken« an. Um höchste Qualität gewährleisten zu können, benutze am besten einen Computer oder Laptop.

Wichtig ist auch hierbei wieder, dass Du ungestört bist und keine Eile hast.

Du solltest Dir etwas zum Schreiben bereitlegen und vielleicht auch ein Getränk in Reichweite haben, für den Fall, dass Du zwischendurch Durst bekommst.

Wenn Du Dir für das Training genug Zeit nimmst, bin ich überzeugt, dass Du für Dich das Beste aus den 45 Minuten herausholen wirst!

Dabei wünsche ich Dir maximalen Erfolg!



Impressum

© 2021 Clever und Vital UG (haftungsbeschränkt), 89250 Senden, Germany

All rights reserved.

Veröffentlichung, auch auszugsweise, ist nur aufgrund schriftlicher Genehmigung des Copyright-Inhabers erlaubt.

