

Vortragsthema

Willenskraft

Wenn Aufgeben keine Alternative ist

Menschen mit großer Willenskraft gleiten scheinbar wie am Schnürchen zu ihren Zielen und Wünschen. Sie widerstehen besser Versuchungen, überwinden leichter Unlust und verkraften selbst herbe Rückschläge.

Doch die Rede von Willenskraft, ist auch immer eine Provokation - im Sinne eines Weckrufes, um mit herkömmlichen Sichtweisen und Denkroutinen zu brechen. Denn wenn es um den Willen geht, verbinden die meisten Menschen gewöhnlich etwas Strenges und Verbotendes damit, eine verurteilende Instanz, die meistens von außen aufgezwungen wird und andere Aspekte der menschlichen Natur unterdrückt.

Die wahre Funktion des Willens besteht jedoch darin, alle Fähigkeiten und Energien auf konstruktive Weise zielgerichtet als Steuerung zu nutzen. Deshalb richtet sich Vortrag an Menschen, die erkannt haben, dass sie mit herkömmlichen Methoden und den bekannten Theorien zur Steigerung von Motivation und Leistung auf der Stelle treten und Chancen und Möglichkeiten suchen, Bestehendes zu verbessern.

Aus den Inhalten

- ✓ Warum der Weg niemals das Ziel ist
- ✓ Motivation ist Motor. Willenskraft das Benzin
- ✓ Sechs Dinge die willensstarke Menschen anders
- ✓ Mentale Leistungsfähigkeiten steigern + stabilisieren
- ✓ Die konkurrierenden Systeme im Gehirn steuern
- ✓ Ablenkung und Verlockungen besser im Griff haben
- ✓ Impulse und hinderliche Gewohnheiten isolieren

Take away's

- ✓ So geht der Plan auf
- ✓ Wodurch wir hartnäckiger werden
- ✓ Wann durchhalten? Wann aufgeben?