

BGM-Tagung / Forum BGM, 19. November 2015  
Fokusveranstaltung – Lotti Wild Leins / Peter Ramelow:  
«Mit persönlichen Ressourcen das Selbstmanagement stärken»

### MOTTOZIELE

- Elegant und mit sicherem Dreh spiele ich in die Fankurve
- Ich sammle und schenke Glanzpunkte
- Natürlich, gehe ich meinen blumengesäumten Weg
- Ich behalte den Überblick
- I do it ~~my~~ my way
- Ich packe die fette Beute
- 1 Land - 1 Team - 1 Ziel D
- Endstation 7.7.2014 CH

### Kernkriterien

1. Annäherungsziel *pos. formuliert*
2. unter eigenen Kontrolle
3. pos. somatischen Marker

The diagram consists of two parts. The top part is a horizontal line starting at '0' on the left and ending at '100' on the right, with a vertical tick mark in the middle. The bottom part is a vertical line starting at '0' at the bottom and ending at '+100' at the top, with a horizontal tick mark in the middle at the '50' level.

neuland

BGM-Tagung / Forum BGM, 19. November 2015  
Fokusveranstaltung – Lotti Wild Leins / Peter Ramelow:  
«Mit persönlichen Ressourcen das Selbstmanagement stärken»

Wenn x passiert, dann  
mache ich y

Wenn dann Plan von Gollwitzer