

Jack Canfield | Mark Victor Hansen | Les Hewitt

The Power of Focus

So erreichen Sie Ihre persönlichen, finanziellen und beruflichen Ziele

Übersetzung aus dem Englischen von Marion Zerbst

REDLINE | VERLAG

© des Titels »The Power of Focus« (978-3-86881-515-3)
2013 by Redline Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.redline-verlag.de>

Inhalt

Vorwort.....	11
Der Sinn dieses Buches: Was bringt es Ihnen?	11
Fokussierungsstrategie Nr. 1	15
Ihre Zukunft hängt von Ihren Gewohnheiten ab.....	15
Die Macht der Gewohnheit.....	18
Woran man schlechte Angewohnheiten erkennt	27
Wie man schlechte Angewohnheiten ablegt	30
Die »Erfolgreiche Gewohnheiten«-Formel.....	34
Erkenntnisse	35
Aktionsschritte	37
Fokussierungsstrategie Nr. 2.....	41
Konzentrieren Sie sich auf das Wesentliche –	
Bauen Sie auf Ihre Stärken, nicht auf Ihre Schwächen.....	41
Konzentrieren Sie sich auf Ihre angeborenen Talente	42
Sind Sie ein Beginner oder ein Beender?.....	48
Lassen, Delegieren, Verschieben oder Tun	54
Die Macht der vier Buchstaben: Nein.....	55
Erkenntnisse	59
Aktionsschritte –	
Der Prioritätenfokussierungs-Workshop	60
Fokussierungsstrategie Nr. 3	63
Denken Sie langfristig? –	
Entwerfen Sie ein kristallklares Bild Ihrer Zukunft.....	63
Entwickeln Sie außergewöhnliche innere Klarheit!	64
Warum man sich Ziele setzen muss	66
Top-10-Checkliste für die Festlegung Ihrer wichtigsten Ziele.....	66
Ihr Gesamtkonzept.....	75
Erkenntnisse	84

Aktionsschritte –	
Top-10-Checkliste für die Festlegung Ihrer wichtigsten Ziele	85
Fokussierungsstrategie Nr. 4	89
Rückschläge überwinden –	
»Es kommt nicht darauf an, was dir passiert, sondern was du daraus machst!«	89
Denken Sie wie ein Champion!	92
So überwindet man die »Rezessionitis«	93
Warnsignale für eine Rezession	95
So bieten Sie der Rezession die Stirn	96
Orientieren Sie sich neu	101
Der Problemlöser	101
Seien Sie vorbereitet!	103
Rechnen Sie stets mit dem Unerwarteten	104
Erkenntnisse	107
Aktionsschritte –	
Die zehn besten Optionen –	
Problemlöser	108
Fokussierungsstrategie Nr. 5	111
Hervorragende Beziehungen aufbauen –	
Spielen Sie mit in der großen Liga	111
Die beiden Spiralen des Lebens	113
Sagen Sie Nein zu unangenehmen Zeitgenossen	118
Die drei Kernfragen	120
Kernkunden und Win-win-Situationen	121
Was könnte ich noch besser machen?	125
Wie man gute Mentoren findet	129
Erkenntnisse	136
Aktionsschritte –	
Die zwei Spiralen –	
Wer sind Ihre Kernkunden?	137

Fokussierungsstrategie Nr. 6	141
Ohne Selbstvertrauen geht es nicht! –	
Vergessen Sie Ihre Ängste und Sorgen.....	141
Unerledigtes zu Ende bringen.....	142
Die 25-Cent-Wette	147
Vergeben und Vergessen.....	149
Entwickeln Sie die Lebenseinstellung eines Gewinners!	151
Sechs Strategien zum Aufbau von Selbstvertrauen.....	152
Glauben Sie an Ihre eigenen Fähigkeiten	154
Erkenntnisse	158
Aktionsschritte –	
Unerledigtes zu Ende bringen	159
Fokussierungsstrategie Nr. 7	163
Sagen Sie, was Sie wollen –	
Ein Sieben-Punkte-System, das Sie weiterbringt.....	163
Bitten und Bekommen	165
Sieben Methoden, Ihr Geschäft anzukurbeln – Bitten Sie einfach darum!	
167	
Fragen und Bitten richtig formulieren.....	179
Erkenntnisse	182
Aktionsschritte –	
Sieben Methoden, Ihr Geschäft anzukurbeln	183
Fokussierungsstrategie Nr. 8	187
Konsequenz und Ausdauer –	
Zum Erfolg ist es manchmal nur ein kleiner Schritt.....	187
Warum Ausdauer so wichtig ist	188
Verwirklichen Sie Ihr höchstes Potenzial	190
Die AR-Formel.....	199
Der Integritätsfaktor.....	203
Erkenntnisse	204
Aktionsschritte –	
Der Integritätsfaktor	205

Fokussierungsstrategie Nr. 9	207
Zielgerichtetes Handeln	
– Bewährtes Vorgehen, um reich zu werden.....	207
Vier gute Gründe, warum Sie manchmal herumtrödeln	210
Aktiv Entscheidungen fällen	213
Die Vier-Schritte-Formel	217
Alle reden vom Geld ...	
Wir auch!	219
Literaturempfehlungen.....	225
Erkenntnisse	226
Aktionsschritte –	
Gegen die »Aufschieberitis« – Finanzielle Sicherheit	228
 Fokussierungsstrategie Nr. 10	 233
Sinnvolle Arbeit – sinnvolles Leben	
– Machen Sie Ihr Leben wieder einfach	233
Kennen Sie Ihren Lebenssinn?	237
Marathon der Hoffnung.....	239
Drei wichtige Prinzipien	240
So finden Sie Ihren Lebenssinn	242
Wie lautet Ihre Unternehmensphilosophie?.....	245
Erkenntnisse	250
Aktionsschritte –	
Ihren Lebenssinn entdecken und verwirklichen	252
 Danksagungen	 257
 Schlusswort: Es ist Ihr Leben – nehmen Sie es in die Hand!	 259
 Literaturhinweise	 261
 Über die Autoren	 271