

**10xELF**

**WEBINAR**

**PRODUKTIVITÄT  
ARBEITSBUCH**

# Webinar Produktivität

**„DW DW DW“ bedeutet:**



Wissenschaftler machen erstaunliche Entdeckung:  
Erde dreht sich langsamer. **Bald wird Tagesdauer auf  
25 Stunden erhöht.**

**Wie verbringe ich diese zusätzliche Stunde?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Drei Fehlannahmen:**

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

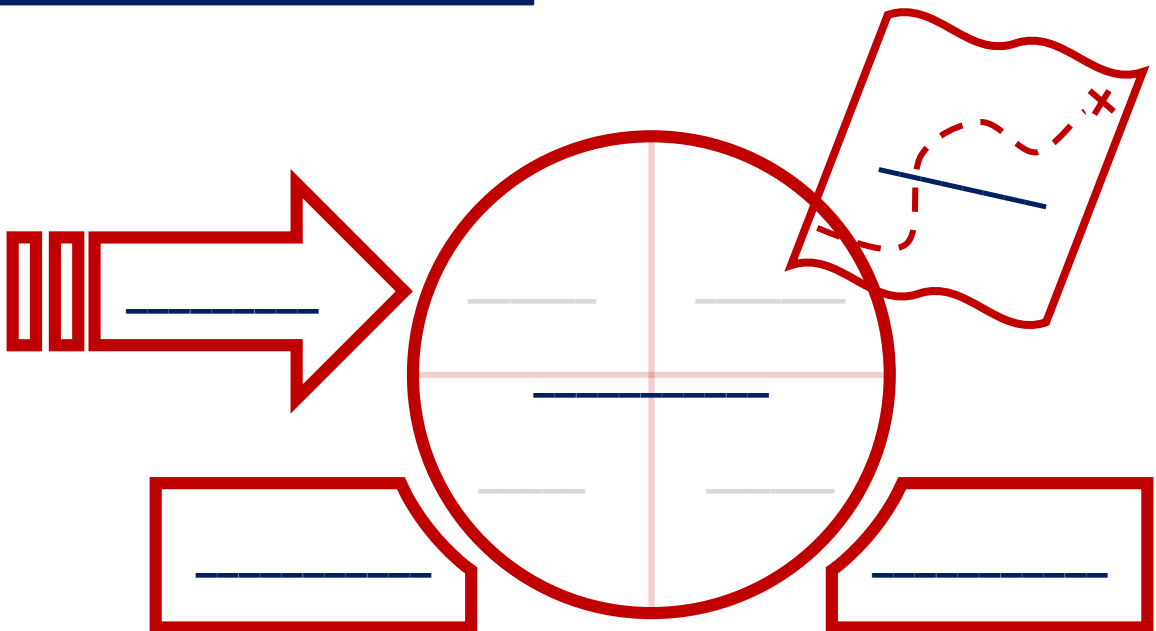
**Wie zufrieden bin ich mit meiner Produktivität?**



# Webinar Produktivität

Produktivität bedeutet mit \_\_\_\_\_ konsequent  
\_\_\_\_\_ zu erschaffen und \_\_\_\_\_ zu erzielen, in  
Richtung Ihrer \_\_\_\_\_ und \_\_\_\_\_.

## POKER - Strategie



## Superheld-EGO

Superheld-EGO ist  
\_\_\_\_\_



# Webinar Produktivität

## Meine TOP 10 - Werte

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

## Meine Ideale und Prinzipien

Ich bin ein Mensch, der ...

---

---

---

---

---

---

---

---

## Mein Leben in 25 Jahren

Wer bin ich dann? Was habe ich tolles erreicht? Was besitze ich? Wo lebe ich? Mit wem bin ich zusammen? Wie habe ich mir „ein Denkmal“ gesetzt?

---

---

---

---

---

---

---

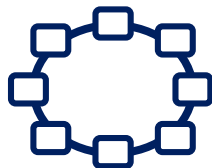
---

# Webinar Produktivität

## Meine Ziele in diesem Jahr

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

## Das System

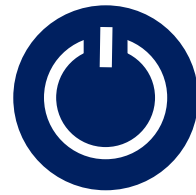


## Kernelemente & Werkzeuge



# Webinar Produktivität

## Übernehmen Sie die Kontrolle



---

---

---

---

## Prim Power



---



---



---



---



---



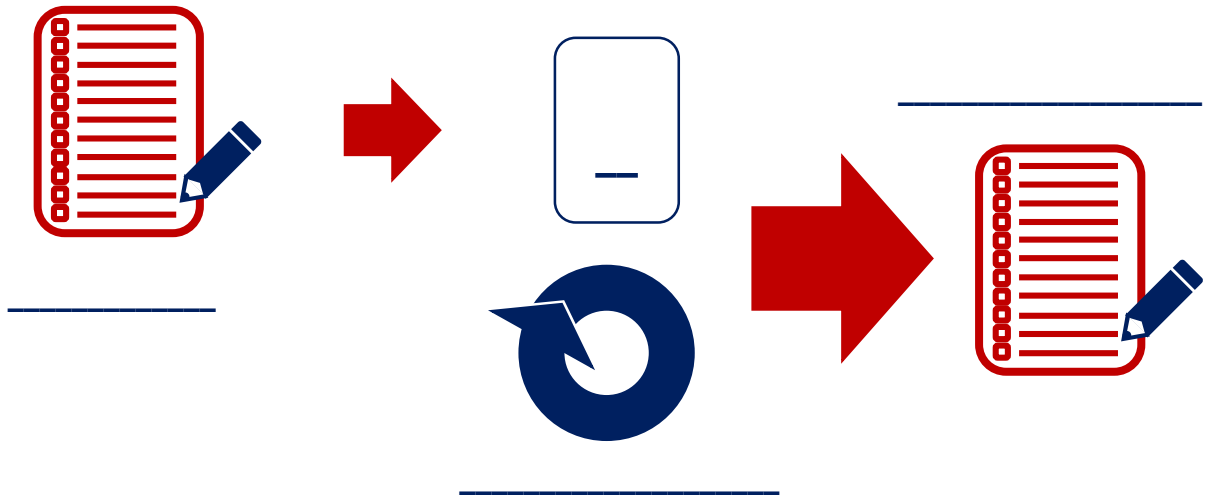
---



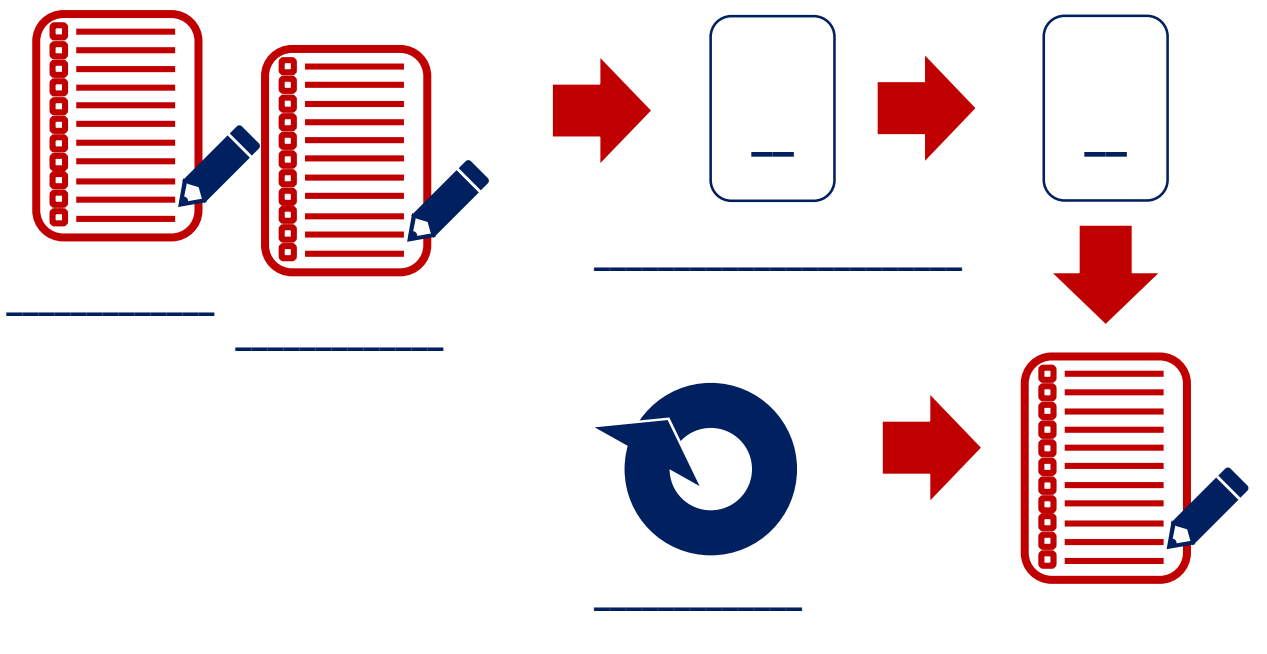
---

# Webinar Produktivität

## Wochenplanung



## Tagesplanung



# Webinar Produktivität

## Lebenslanges Lernen

Was **lief gut** heute?  
Was habe ich heute **gelernt**?  
Was kann ich ab morgen **anders** machen?  
Was habe ich heute **zum letzten Mal** gemacht?

## P O K E R - Review

Was habe ich **gut gemacht**?  
Wo kann ich noch **besser werden**?

## Die Asse (im Ärmel)

<b>A</b> _____ <b>A</b>	<b>A</b> _____ _____ <b>A</b>	<b>A</b> _____ _____ <b>A</b>	<b>A</b> _____ _____ <b>A</b>
-------------------------------	--	--	--

## Immer daran denken:

**DW DW DW**  
Das Wichtigste **ist**  
Das Wichtigste **bleibt**  
Das Wichtigste



# Webinar Produktivität

## Werteauswahl

Abenteuer	Fitness	Körperliche Aktivität	Sammlung
Abwechslung	Fleiß	Kreativität	Schönheit
Aktivität	Freiheit	Kultur	Selbstachtung
Altersversorgung	Freizeit	Leben	Selbstbewusstsein
Anerkennung	Freude	Lebensfreude	Selbständigkeit
Arbeit	Freundlichkeit	Lebensqualität	Selbstbestimmung
Ästhetik	Freundschaft	Lebenssinn	Selbstgenügsamkeit
Ausgeglichenheit	Frieden	Lebensstandard	Selbstlosigkeit
Ausgleich	Führung	Leistung	Selbstverwirklichung
Aussehen	Fürsorglichkeit	Lernen	Selbstwert
Ausstrahlung	Ganzheitlichkeit	Liebe	Sex
Autonomie	Geborgenheit	Loyalität	Sicherheit
Autorität	Gedankenfreiheit	Lust	Sinngabung
Begeisterung	Geist	Macht	Sinnsuche
Bekanntheit	Gefühle	Meditation	Solidarität
Besitz	Gelassenheit	Meinungsfreiheit	Soziale Verantwortung
Besser sein	Geld	Mitgefühl	Spannung
Bewegung	Gemeinschaft	Moral	Sparen
Bewusstseinerweiterung	Genauigkeit	Mut	Spaß
Beziehungen	Genialität	Nachdenken	Spiritualität
Bildung	Genuss	Nächstenliebe	Spontaneität
Dabei sein	Gerechtigkeit	Naturbewusstsein	Sport
Dankbarkeit	Geselligkeit	Naturverbundenheit	Stärke
Dazu gehören	Gesundheit	Offenheit	Status
Denken	Gewaltfreiheit	Optimismus	Toleranz
Disziplin	Gewissen	Ordnung	Umweltbewusstsein
Echtheit	Glaube	Partnerschaft	Unabhängigkeit
Ehre	Glaubensfreiheit	Persönlichkeit	Verantwortlichkeit
Ehrlichkeit	Gleichberechtigung	Phantasie	Verständnis
Eigentum	Großzügigkeit	Philosophie	Vertrauen
Eigenverantwortung	Harmonie	Pünktlichkeit	Vitalität
Energie	Herausforderung	Politik	Wahrheit
Einfachheit	High-Tech	Präzision	Weisheit
Einfluss	Hilfsbereitschaft	Qualität	Wettbewerb
Entspannung	Hingabe	Rache	Willenskraft
Entwicklung	Humor	Reichtum	Wissen
Erholung	Idealismus	Reife	Wohlbefinden
Erfolg	Individualismus	Reisen	Wohlstand
Ernährung	Integrität	Religion	Wohnqualität
Erotik	Intelligenz	Respekt	Würde
Ethik	Intuition	Richtiges Maß	Würdigung
Fairness	Karriere	Risikobereitschaft	Zärtlichkeit
Familiensinn	Kinder	Romantik	Zielstrebigkeit
Finanzieller Gewinn	Kompetenz	Ruhe	Zufriedenheit
Figur	Kontaktfähigkeit	Ruhm	Zuverlässigkeit