

# Concentrarsi bene

Un fattore di successo al lavoro e nella vita



Mediamente nell'arco di una giornata 60.000 pensieri girano nella nostra mente. Significa che pensiamo e pensiamo non stop...dimenticandoci che ogni pensiero è energia e che tale energia vorrebbe materializzarsi. L'energia non tiene conto se il pensiero è qualcosa che desideriamo realmente o no, se per noi è un pensiero costruttivo e incentivante o meno. Detto in altre parole: i tuoi pensieri possono diventare realtà! Il pensiero crea!

Durante questa formazione impariamo a capire come agiscono i nostri pensieri e come indirizzarli, come esprimerli con successo e, sfruttarli per la quotidianità professionale, come interagire al meglio con i diversi tipi di percezione (clienti e collaboratori) e come permanere a lungo termine con successo, in buona salute e ottima motivazione.

## Contenuti:

- Come funziona il nostro cervello?
- Cosa è un pensiero?
- Come parlo con me stesso? Come esprimo i miei pensieri?
- Seminare ravanelli e voler raccogliere pomodori non funziona. „Non ce la faccio!“ – La forza del linguaggio
- Di cosa ho bisogno per potermi concentrare?
- L'arte del fallire
- Il segreto dal punto di vista neurobiologico si chiama...

**„Mi raccomando:  
non pensare a un topolino giallo!“**

Durata: 1 giorno