



DIE 3 DIMENSIONEN  
DER PRODUKTIVITÄT  
FÜR SELBSTSTÄNDIGE:

# 1. DEIN FOKUS





**1. Das für Dich wichtigste berufliche Projekt für die nächsten 90 Tage:**

Für wen ist das noch wichtig? (Auch Personen aus anderen Bereichen Deines Lebens.)

*Was sind die optimalen Auswirkungen bei erfolgreichem Abschluss des Projektes?*

Was passiert, wenn Du das Projekt nicht angehst?

Wie viel Prozent Deiner Arbeitsenergie willst Du also für Dein Projekt einsetzen?

**2. Wie hältst Du Deine Energie hoch und erholst Dich?**

**3. Wie schützt Du Dich vor Ablenkungen?**



## Du hast noch Fragen?

Verständlich. Das hier war zwar eine ziemlich simple Liste, doch Du kannst Dir damit ein paar Tage Zeit lassen. In den nächsten Tagen wirst Du Deine Checkliste für die zweite Dimension der Produktivität erhalten.

Vielleicht beantworten sich die Fragen dadurch? Ansonsten kannst Du auch gerne ein für Dich kostenfreies und unverbindliches 30 Minuten Strategiegelgespräch via Zoom oder Skype mit mir vereinbaren. Einfach eine [E-Mail](#) schicken und wir finden einen Termin.

## Du möchtest mehr über mich wissen?

Seit 2008 arbeite ich als ganzheitliche Kommunikationsberaterin und Coach. Mein beruflicher Hintergrund ist Texterin/Creative Director in der Werbung (McCann, TBWA) und Spielfilmregisseurin (ARD/ZDF und Sat.1) einerseits, sowie Körperpsychotherapie und Osteopathie andererseits. Ich bin Autorin von ‚Selbstmarketing für Schüchterne‘ (REDLINE Verlag 2014).

Als lösungsfokussierter Coach bin ich von der International Coach Federation zertifiziert. Mehr dann gerne persönlich. Ich freue mich, von Dir zu lesen und zu hören.



Foto: ©DPA/silas.stein

