

Auswertung der Sensoren

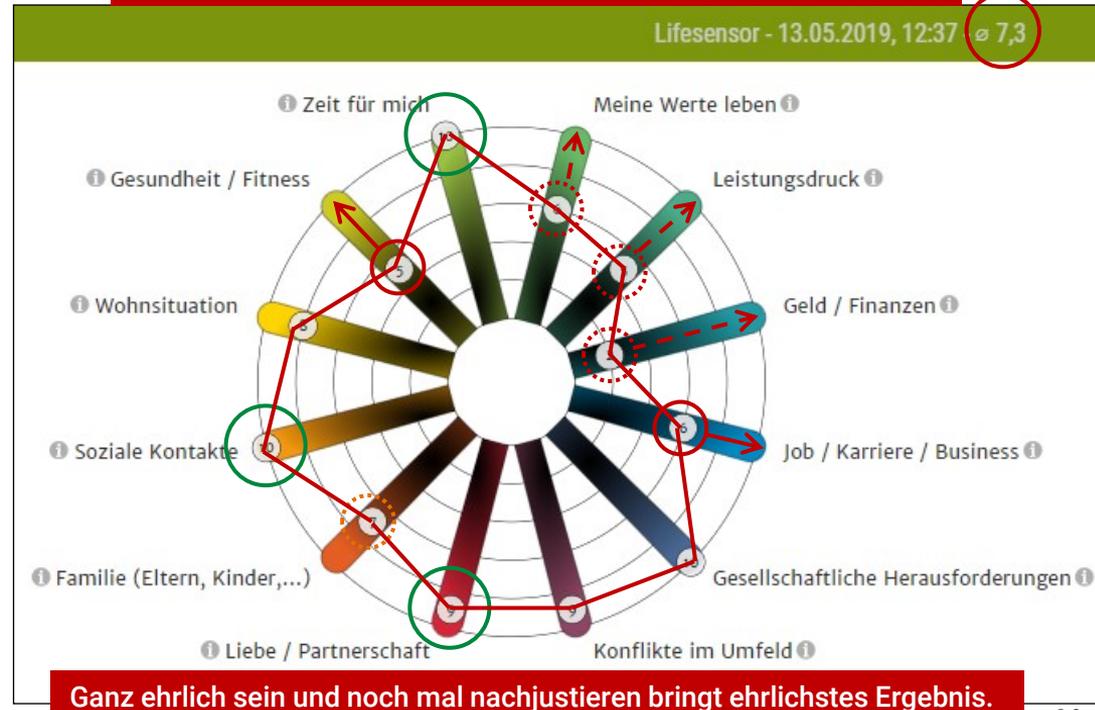
Die Denkzeuge®-Sensoren

Auswertung Schnellübersicht

- Nachjustieren
- Gesamtbild betrachten
- Durchschnittswert berechnen
- Was ist alles gut? Ressourcen?
- Wie viele brennende Themen gibt es (Wert ≤ 6)?
- Wie viel Zeit nimmt es ein?
- Wie viel Energie stecke ich rein?
- Abhängigkeiten prüfen – wo anfangen?
- **Fokusthema festlegen** (s. Kurs "Stress & seine Folgen & warum Fokus so wichtig ist)

Auswertungsanleitungen findest Du im Learning Center

Achtung bei \emptyset -Wert ≤ 5 , Gesundheit und/oder mehr als die Hälfte der Speichen bei 0 im Stresssensor -> Burnout-Gefahr



Eigenes Thema festlegen

Lege doch Dein eigenes Fokusthema aus dem Lifesensor fest und stelle auch den entsprechenden Untersensor zum Konkretisieren dazu ein!

