



## Heilsame/“unterstützende“ Geisteszustände und die Wirkung auf unser/e Arbeit | Leben



Geisteszustand	Positive Wirkung auf unser/e Arbeit   Leben
<b>Achtsamkeit</b>	Bewusstheit für zentrale Einflussfaktoren einer Situation, klare Wahrnehmung, Aufgeben von Vorurteilen, unvoreingenommenes Denken, Frische
<b>Konzentration</b>	Getting-things-done, hohe Eindringtiefe, Konzentration auf das Wesentliche
<b>Mitgefühl</b>	Herzliche Verbindung mit unserem Umfeld, Verständnis, Empathie, Brüderlichkeit, Kooperation
<b>Freude</b>	Leichtigkeit, Verbindung mit Umfeld, Eigenmotivation
<b>Geduld</b>	Reifen lassen können, Vermeidung von Aktionismus und Kurzfristdenken
<b>Zufriedenheit</b>	Stressvermeidung, Genussfähigkeit, Dankbarkeit
<b>Furchtlosigkeit</b>	Freiheit, Ehrlichkeit, klare Sicht, Mut, unangenehme Wahrheiten aussprechen
<b>Großzügigkeit</b>	Investition/Saat in die Zukunft, Freude am Geben, Nutzenstiftung durch Teilen
<b>Dankbarkeit</b>	Verbindung mit anderen Akteuren und Einflüssen, Wertschätzung der Arbeit anderer
<b>Demut</b>	Vermeidung eines unrealistischen Selbstbildnis, Sicht für das Ganze

Quelle: „Wir sind die Wirtschaft – Achtsam leben – Sinnvoll handeln“ (Tabelle 2, Heilsame Geisteszustände in ihrer möglichen Wirkung auf unsere Arbeit, Seite 47), Änderungen wurden vorgenommen