



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



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