



Lösungsstrategie nach dem HKT-Prinzip

1. Ziel formulieren (AB „Zielrahmen“) und in „HKT-Baum“ (AB) eintragen
2. Zielerreichung erleben (AB „Zielerreichung erleben“)
3. Die Zielerreichung mental erleben im konzentrierten Zustand
4. Eigene Stärken sammeln, die der Zielerreichung dienen (AB „Stärkenstrauß“)
5. Drei davon in HKT-Baum übertragen.
6. Möglichkeiten der Stärkenaktivierung erarbeiten (AB „Schlüssel zu meinen Stärken“)
7. Lösung für mögliche Störungen finden (AB „Wenn-dann-Lösungen“)
8. Die Zielerreichung mental erleben im konzentrierten Zustand, dabei die benötigten Stärken aktivieren und Lösungen für eventuelle Störungen vorstellen.