

Das „Churer Modell“

© by Johannes Disch

Dezidität

„verliebt-sein“ in den Druck

Ziele

Konzentration aufs
Kontrollierbare

automatischer und differenzierter
Funktionsmodus

Motivation

Non-Performance akzeptieren

als Profi den Sport amateurhaft lieben

Emotion

Glaubenssystem

Animalität

Kooperationsbeziehung
Meister/Artist

Ort der Erholung

Challenge-skill
Relation

Luzidität

Gipfel der Emotion

Information

Power Trias

Kausalattribution

Feedback

Energie

Gegenwartsorientierung

Verschmelzen von Handeln/Bewusstsein

Konzentration auf den Prozess