

# 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