



»Ziele erreicht man im Kopf.«

Setzen Sie sich regelmäßig Ziele? Das kann im Privat- oder im beruflichen Bereich sein. Und wenn Sie es tun, halten Sie dann daran fest? Oder zweifeln Sie auf halber Strecke an sich selbst? Jedem von uns passiert so etwas. Wichtig ist nur, sich im entscheidenden Moment vorzustellen, wie man das Ziel erreicht. Ein Marathonläufer träumt beispielsweise ab Kilometer 36 von der Zielgeraden

Ziel - Vision - Erfolg

und vergisst darüber hinaus seine Schmerzen. Er wird das Ziel erreichen. Im Apothekenalltag werden wir unsicher, wenn der dritte Kunde unzufrieden die Apotheke verlässt. Wir fragen uns, ob unsere Beratung überhaupt wertgeschätzt wird. Nun kommt die Vision: Stellen Sie sich vor, Sie beraten den nächsten Kunden und dieser bedankt sich für die wertvollen Tipps. Und dann passiert es: Der nächste Kunde betritt die Apotheke und Ihre Vision bewahrheitet sich. Nicht immer geschehen die Dinge, die wir uns wünschen, sofort. Aber – wer an sich und seine Ziele glaubt, der wird sie erreichen. Noch ein Trick: Fixieren Sie Ihr Vorhaben mit Zeitfenster schriftlich, beispielsweise „Ich möchte nach jedem Beratungsgespräch überzeugt sein, dass ich das Richtige empfohlen habe“ oder „Ich setzte mich mit Begeisterung und Fachwissen dafür ein“. Und was meinen Sie, was dann passieren wird? Ihr Job macht nun noch mehr Spaß, Ihre Kollegen bewundern Sie, Ihre Ausstrahlung ist umwerfend und Sie fühlen sich richtig wohl. Auch dieses Bild müssen Sie sich immer wieder vorstellen. Probieren Sie es aus. Schreiben Sie Ziele und Visionen auf einen Zettel, dann sind Sie immer greifbar, wenn die Selbstzweifel kommen. Themen für die Beratung finden Sie in diesem Heft, angefangen von Haut- und Fußpilz bis hin zu Insekten- und Sonnenschutz. Alle Beiträge befassen sich mit Beschwerden, die Ihnen gerade jetzt im Frühjahr täglich in der Apotheke begegnen. Viel Spaß bei der Umsetzung Ihrer Vision,

Ihre Elke Engels

Elke Engels | Chefredakteurin

Schreiben Sie uns Ihre Fragen und Anregungen die-pta-in-der-apotheke@uzv.de