



# Erfolgreich im Alltag

## A K A D E M I E

### 10 Tage Erfolgsveränderung - Tag 3

Heute habe ich dir ein tolles Geschenk. Aber zuerst möchte ich dich fragen, wie erging es dir mit der gestrigen Arbeit? Konntest du dein Arbeitsblatt fertig stellen? Super, das freut mich. Sonst melde dich einfach via Mail oder Facebook.

Nun hast du eine konkrete Liste zur Hand, deine Handlungsliste.

Wenn irgend etwas nicht klappen sollte, keine Sache wir kriegen das hin, du bist nämlich nicht alleine damit.

Du sollst dich nun einfach nicht mehr als Opfer deiner äusseren Umstände fühlen. Du wirst jetzt aktiv deine Wünsche in Angriff nehmen.

Ich zeige dir heute ein starkes Geheimnis wie du nicht dauernd von den anderen umhergerollt wirst und sie dir deine Energie nicht stehlen.

Das ist nun eine ganz sichere Methode, wie du deine Kontrolle über dein Leben zurück gewinnen wirst.

### Tag 3 - Höre auf über andere zu Lästern.

Das wirklich wahre im Leben, was du kontrollieren kannst, bist du selber.

#### Schritt 1

Erstelle dir eine Liste von 5-10 Aufzählungen. Schreibe auf was oder wem du nicht mehr die Schuld geben wirst. (zb ich werde nicht mehr meinem Chef die Schuld geben warum ich keine Gehaltserhöhung erhalte)

#### Schritt 2

Erstelle dir eine Liste mit neuen Verhaltensweisen. Wie du in Zukunft darüber denken wirst. Integriere mehr die Liebe, das Verständnis für andere, (zb immer wenn ich mich benachteiligt fühle werde ich das Gefühl aus einer anderen Sicht anschauen. Werde nicht wütend darüber werden)

Es gibt einiges zu überdenken, bitte bleib dran, du wirst einen grossen Wert für dich herausziehen.