



Erfolgreich im Alltag

A K A D E M I E

10 Tage Erfolgsveränderung - Tag 4

Heute lernst du eine Methode, wie du Vertrauen gewinnst und deine Entschlossenheit steigerst. Diese Strategie wird dir helfen, deine Batterien wieder aufzuladen. Bist du bereit? Es ist Zeit zum feiern.

Forscher haben herausgefunden, dass wenn wir unsere Zwischenerfolge auch feiern und bewusst wahr nehmen, wir Vertrauen erhalten werden. Wenn wir unsere neuen Herausforderungen geschafft haben, dann wächst auch unser innerstes Vertrauen und umso erfolgreicher werden wir damit umgehen können und es erreichen. Wenn du dies umsetzt, wirst du Gefühle freisetzen, damit es noch besser läuft. Du wirst begeistert sein, und von Woche zu Woche gelingt dir noch viel mehr. Du wirst staunen.

Tag 4 - Halte deine Erfolge fest

Schritt 1

Nimm nun dein nächstes Arbeitsblatt Nummer 2 zur Hand.

Schritt 2

Schreibe deine grössten Erfolge in deinen 3 Dekaden auf.

Schritt 3

Lese deine Erfolge laut vor, höre dir zu, nimm es auf und sei ganz fest stolz darauf.

Bis morgen, schön das du aktiv mitarbeitest.