



Sie sind, was Sie denken

- ▶ Gehen Sie Pessimisten und Schwarzmalern lieber aus dem Weg.
- ▶ Überprüfen Sie immer wieder Ihre Gewohnheiten, sonst entwickeln Sie sich nicht mehr weiter, sondern zurück. Die Wirklichkeit hat sich aber weiter bewegt.
- ▶ Kontrollieren Sie jeden Tag Ihre Einstellung.
- ▶ Konzentrieren Sie sich immer auf die Dinge, die Ihrem Einfluss unterliegen und die Sie aus eigener Kraft verändern können.
- ▶ Viele Ereignisse können Sie nicht beeinflussen, aber Ihre Einstellung dazu.
- ▶ Befreien Sie sich von dem Bedürfnis nach schneller Anerkennung. Der Erfolg kommt selten über Nacht.
- ▶ Wenn Sie Erfolg haben wollen, müssen Sie bereit sein, Niederlagen zu ertragen.
- ▶ Leben Sie in der Gegenwart. Wenn Sie heute bewusst leben, schaffen Sie das Beste für morgen.
- ▶ Entscheiden Sie immer, welche Gedanken Sie zulassen wollen.

Wenn Sie zu viel über Ihre Schwächen nachdenken, dann konzentrieren Sie sich unbewusst auf das, was Sie nicht können.

Emotionale Intelligenz – was ist das?

- ▶ Die Fähigkeit, sich selbst zu motivieren.
- ▶ Die Emotionen der anderen zu erkennen.
- ▶ Die eigenen Emotionen richtig zu deuten.
- ▶ Die Fähigkeit, die eigene Stimmung zu regulieren.
- ▶ Selbstbeherrschung und Disziplin.
- ▶ Ein gesundes Selbstvertrauen.

Wir denken: was bisher funktioniert hat, wird auch künftig funktionieren. Vielleicht ja. Aber was passiert, wenn wir in die falsche Richtung marschieren und glauben, sie wäre immer noch die richtige?