

Übung:

Am besten wir machen die Dankbarkeitsübung jetzt sofort für diese Woche hier im Buch.
Wofür sind Sie dankbar?

Wenn Ihnen die Beantwortung der Frage etwas Mühe macht, dann denken Sie an all die kleinen Dinge, für die Sie dankbar sein können. Senken Sie Ihre Maßstäbe etwas und die Übung wird Ihnen deutlich leichter fallen.

Machen Sie diese Dankbarkeitsübung ab sofort wöchentlich. Vom Zeitpunkt her eignet sich zum Beispiel Ihr Planungstermin für die Folgewoche. Im Gegensatz zum Positiv-Check empfehle ich Ihnen, die Frage „Wofür bin ich dankbar?“ ganzheitlicher zu beantworten und nicht ausschließlich auf den Verkauf anzuwenden. Denn sollte es mal beruflich gerade nicht so laufen, gibt es vielleicht privat freudige Ereignisse bzw. Dinge und Menschen, für die Sie dankbar sind und umgekehrt.