

12 HILFREICHE HINWEISE

Wie Sie Ihr Leben auf Wachstum programmieren

Nur allmählich – und oft durch bewusste Anstrengung – machen wir unser Leben lang Fortschritte. Persönlichkeitsentwicklung ist anstrengend, ja. Aber es macht auch Spaß und glücklich. Im Folgenden finden Sie einige Tipps und Übungen, die Ihnen helfen, das Beste aus sich herauszuholen. Denn es ist ein dauernder Prozess der Sie in unterschiedliche Richtungen bewegen kann, wie zum Beispiel:

- Durch die Persönlichkeitsentwicklung lernen Sie sich selbst besser kennen und verstehen, wie Sie sich verhalten und warum.
- Sie erfahren, welche Ziele Sie erreichen wollen und nach welchen Grundsätzen Sie leben. Und Sie werden auch verstehen, wie Sie diese Ziele erreichen können.
- Sie werden gelassener und glücklicher, Sie stehen fester im Leben.
- Sie können flexibler mit schwierigen Zeiten, Problemen und Krisen umgehen.

1. Legen Sie Ihren **persönlichen Schwerpunkt** fest
2. **Lesen** Sie viel um möglichst unterschiedliche Dinge und Aspekte heraus zu holen
3. Nehmen Sie viele verschiedene Wege in betracht, um Ihren **eigenen Weg zu finden**
4. Probieren Sie **Neues** aus und haben Sie **Mut** zum **Experimentieren**
5. Führen Sie **Tagebuch**, um Fortschritte besser wahrzunehmen
6. Freuen Sie sich über **kleine Schritte** – summiert bringen Sie das große Ergebnis
7. Seien Sie **aufgeschlossen** gegenüber anderer Denkweisen
8. Übernehmen Sie **Verantwortung** für sich und Ihr Leben
9. Arbeiten Sie mehr an Ihren **Stärken** als an Ihren Schwächen
10. Lassen Sie **Veränderungen** zu
11. Befassen Sie sich **jeden Tag** mit Ihrem persönlichen Wachstum
12. Fragen Sie nach **Hilfe**, um klarer sehen zu können