



DIE ERFOLGSAKADEMIE

Die Erfolgsmacherin Katja Jäger

.....

40-Tage-Gamechanger Challenge

*Das 40-Tage-Programm, um Dein Leben grundlegend zu
verändern*

40-Tage-Gamechanger Challenge

Das 40-Tage-Programm, um Dein Leben grundlegend zu verändern

.....

Tag 31

Das habe ich immer schon gemacht

Tag 31 der 40 Tage Challenge: So gelingt Dein Neustart

„Das habe ich immer schon so gemacht.“

„Wenn das passiert, mache ich das immer so.“

Sagst Du so etwas öfter zu Dir? Wenn das Wörtchen „immer“ auftaucht, solltest Du hellhörig werden. Denn es sind wahrscheinlich Gewohnheiten oder Angewohnheiten.

Über Deine Gewohnheiten nachzudenken und sie von Zeit zu Zeit zu überprüfen, ist die Grundvoraussetzung für einen Neustart.

Denn Gewohnheiten prägen und bestimmen unser Leben. Gewohnheiten zu ändern, ist die Grundlage, um Neues in Dein Leben zu holen, die Grundlage für Veränderung. Gewohnheiten zu ändern, ist nicht immer einfach und braucht Entscheidung, Disziplin und Durchhaltevermögen. Und am besten bittest Du

Die Erfolgsmacherin Katja Jäger

.....

40-Tage-Gamechanger Challenge

Das 40-Tage-Programm, um Dein Leben grundlegend zu verändern

jemanden, der Dich immer wieder – vor allem, wenn es schwierig wird – daran erinnert, dass Du Dir selbst versprochen hast, es zu tun bzw. Dir selbst ein starkes Commitment gegeben hast.

.....

