



Der Gedanke zum Wochenende:

Wie wäre es, wenn ich zukünftig bei jeder Begegnung die ersten drei Minuten nur zuhöre? Mein Gegenüber ernst nehme? Nicht be- oder abwerte, nicht zurückweise? Und keine E-Mails nebenher bearbeite? Auch und gerade am Telefon?

Verschenken Sie jeden Tag 11 Minuten

- Widmen Sie jeden Tag einem Menschen, dem Sie gegenüber sitzen, einmal volle 11 Minuten ungeteilte Aufmerksamkeit.
- Schauen Sie ihn an, hören Sie ihm zu, konzentrieren Sie sich auf ihn und lassen sich auf seine Welt ein.
- Sie werden feststellen, wie sich Ihre Beziehungen verändern und intensivieren.
- Denn durch die Informations- und Reizüberflutung haben wir verlernt, uns hier und jetzt auf unser Gegenüber zu konzentrieren.
- Sie können es gar nicht vergessen: Jeden Tag um 11 Uhr fragen Sie sich, ob Sie schon Ihre täglichen 11 Minuten verschenkt haben ...