



KISP
Prof. Kunow + Partner

Annette Kunow

Das Arbeitsbuch

Der Weg zum produktiven Ich

COPYRIGHT © 2020

NAME: Annette Kunow

ADRESSE: Baumhofstr. 39 d, 44799 Bochum

Web: www.kisp.de

E-Mail: info@kisp.de

Tel: 02349730006

Illustration: Annette Kunow

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt.

Alle Rechte, auch die der Übersetzung, des Nachdrucks und der Vervielfältigung des Werkes oder Teilen daraus, sind vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf ohne schriftliche Genehmigung des Verlags in irgendeiner Form (Fotokopie, Mikrofilm oder einem anderen Verfahren), auch nicht für Zwecke der Unterrichtsgestaltung, reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden. Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürfen. Trotz sorgfältigem Lektorat können sich Fehler einschleichen. Autor und Verlag sind deshalb dankbar für diesbezügliche Hinweise.

Jegliche Haftung ist ausgeschlossen, alle Rechte bleiben vorbehalten.

ISBN Nummer: 978-3-96695-018-3

WIDMUNG

Hiermit möchte ich mich bei allen bedanken, der mich dazu ermutigt haben, diese Idee umzusetzen und mich immer wieder ermutigten weiterzumachen.

Ebenso möchte ich mich hier auch einmal bei meinen Eltern bedanken, der mich immer und überall unterstützt haben. Da sie sehr schnell meinen starken Willen erkannten, haben sie mir immer wieder Herausforderungen zum Wachsen gestellt. Damals fand ich das nicht immer toll, aber heute sage ich Danke!

Liebe senden möchte ich an dieser Stelle meinen beiden Großmüttern, die immer an mich geglaubt haben. Meine Großmutter mütterlicherseits hat schon beschlossen, dass aus mir etwas werden sollte, als ich 5 war. Meine Großmutter väterlicherseits hat mir mit ihrer Herzensbildung das Menschsein beigebracht. Danke!

Dann möchte ich mich bei allen Menschen danken, die mein Leben mit wertvollen Erfahrungen gefüllt haben.

Ein großer Dank geht auch an das Erfolgsteam Anne, Burghard und Olivier, die immer wieder gute Anmerkungen und Hinweise gegeben haben und noch geben.

VORWORT

Trainer, Coaches und Berater unterstützen Menschen durch ihre Erfahrungen und Fähigkeiten in den unterschiedlichsten Bereichen ihres Lebens und machen sie zufrieden.

Heute gibt es für fast alle Problemstellungen Lösungen. Trotzdem gibt es Bereiche, in denen Menschen sich noch mehr individuelle Unterstützung wünschen

- o in der eigenen Selbstführung,
- o in der Führung anderer,
- o in der Führung eines Unternehmens.

Und es macht Sinn, frühzeitig die Probleme anzugehen und Unterstützung zu suchen.

Mein Wissen möchte ich allen zur Verfügung stellen. Mein großes Ziel ist, dass die Menschen ihr volles Potential leben können!

Ein guter Coach wird positive Auswirkungen auf Ihr gesamtes Leben haben.

Nutzen Sie dieses Buch also wie ein Buffet mit vielen Angeboten. Nehmen Sie sich das aus dem Inhalt, was bei Ihnen im Moment passt:

- zur Verbesserung Ihrer Fähigkeiten,
- zur Verbesserung Ihrer Methoden,
- zur Verbesserung Ihrer Organisation,
- zur Verbesserung Ihrer Ziele,
- zur Verbesserung Ihres Mindsets,
- zur Verbesserung Ihrer Selbstverpflichtung oder/und die
- 90-Tage-Challenge.

Bochum, im Winter 2020

Prof. Dr.-Ing. Annette Kunow

Hier können Sie eine [kostenlose Strategie-Session](#) buchen oder [schreiben Sie](#) mir, wenn Ihnen dieses Buch gefällt und Sie Anregungen oder Fragen haben.

INHALTSVERZEICHNIS

Copyright © 2020	4
Widmung	7
Vorwort	9
Inhaltsverzeichnis	11
Herzlichen Glückwunsch zu diesem Arbeitsbuch!	13
Ihre Fähigkeiten	17
Ihre Methoden	27
Ihre Organisation	61
Ihre Ziele	75
Ihr Mindset	83
Ihre Selbstverpflichtung	93
90-Tage-Challenge	99
Ihre tägliche Aufgabe	101
Feedback	149
Über die Autorin	151
Ihre Notizen	153

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH ZU DIESEM ARBEITSBUCH!

Das zeigt, dass Sie nicht nur Dinge in der Theorie lesen möchten, sondern auch Dinge umsetzen!

Hier finden Sie die wichtigsten Aufgaben für Ihren Erfolg als Selbstständiger aus meiner jahrzehntelangen Praxis.

Jede einzelne Aufgabe ist wichtig und wenn Sie am Ende des Arbeitsbuches angekommen sind, haben Sie alle wichtigen Tools an der Hand, um endlich erfolgreich in Ihrem (Berufs-) Alltag zu sein.

Ich wünsche Ihnen einen produktiven Tag!

Herzlichst

Annette Kunow

„WELCHE FÄHIGKEITEN HABEN
SIE BEREITS?“

IHRE FÄHIGKEITEN

Die Kenntnis der eigenen Fähigkeiten im jetzigen Zustand (Ist-Zustand) ist wichtig, um zu erkennen, was im Moment gut läuft, was noch so bleiben kann und was im Moment unbedingt geändert werden sollte.

Der größte Fehler bei dieser Aufgabe, zu viel auf einmal zu wollen.

Veränderungen brauchen einen längeren Zeitraum, ehe sie in unserem Bewusstsein fest verankert. Das geht nur Schritt für Schritt.

Stellen Sie sich vor, Sie hatten ein erfolgreiches Projekt und leiten Sie daraus Ihre Fähigkeiten ab. Das kann ein gutes Kundengespräch oder eine erfolgreich absolvierte Prüfung sein.

Was wäre Ihr Traumjob, wenn Sie irgendeinen aussuchen könnten?

Auf welche Verdienste sind Sie weshalb besonders stolz?

Mit welcher Art Misserfolg tun Sie sich besonders schwer?

IHRE ABSCHLIESSENDE AUFGABE

Vollenden Sie anhand der vorhandenen Fragenden folgenden Satz:

In den folgenden _____ Tagen/Wochen/Monaten verbessere ich folgende Fähigkeiten:

„WELCHE METHODEN NUTZEN SIE
BEREITS?“

IHRE METHODEN

Methoden und Tools gibt es viele. Aber nicht alle passen zu allen Menschen. Deshalb ist es notwendig, viele verschiedene Methoden auszuprobieren und die richtige für sich zu finden. Und sie vielleicht noch für sich selbst anzupassen.

Haben Sie bevorzugte Methoden, Ihren Tag / Ihre Projekte zu planen

Testen Sie neue Tools? Wie?

Schieben Sie unangenehme Dinge vor sich her?

Drücken Sie sich vor Entscheidungen?

Brauchen Sie bei Entscheidungen Rat von anderen oder sind Sie entscheidungsfreudig?

Erledigen Sie mehrere Aufgaben gleichzeitig?

Springen Sie zwischen Tätigkeiten hin und her?

Sind Sie ständig in Eile? Brauchen Sie das, um wichtig zu wirken?

Gehen Sie planlos an Aufgaben heran?

Brechen Sie ab, wenn Aufgaben schwierig werden?

Sind Sie häufig unkonzentriert?

Wann und wie machen Sie Pausen?

Werden Sie häufig bei der Arbeit gestört?

Bringen Sie viel Zeit für Unwichtiges auf?

Kümmern Sie sich um Aufgaben, die Sie nichts angehen?

Kümmern Sie sich häufig auch um Probleme anderer?

Warten Sie auf Anstöße von außen?

Wie können Sie sich emotional entlasten?

Wie werden Sie zufrieden mit Ihrer momentanen Situation?

Haben Sie das Gefühl, erfolgreich, beliebt, anerkannt sein zu müssen?

Arbeiten Sie gerne im Team? Oder lieber allein?

Haben Sie Angst vor Risiken? Wie bewerten Sie es?

Möchten Sie Abwechslung in Ihrer Arbeit oder lieber täglich das Gleiche zu tun, weil es Ihnen Sicherheit gibt?

Bedeutet Sicherheit für Sie Planung und Organisation?

Baut Druck in Ihnen Druck auf?

Arbeiten Sie gerne mit Daten, Zahlen und Fakten?

Fühlen Sie sich eher in einem großen Unternehmen oder kleinen Unternehmen wohl?

Wie veränderten Sie bisher Ihre Einstellung zu bestimmten Themen?

Wie bauten Sie bisher Ihre unerwünschten Verhaltensweisen ab?

Wie gewinnen Sie sich mehr Klarheit über Ihre jetzige Situation?

Nennen Sie Beispiele aus der Vergangenheit, die sorgfältiges Arbeiten erforderten!

Wie haben Sie sichergestellt, dass Sie zuverlässig oder fehlerfrei arbeiten?

Nennen Sie ein Beispiel, bei dem Sie die Sorgfalt vernachlässigt haben. Was war das Ergebnis? Was haben Sie daraus gelernt?

Welche Freiheiten sind Ihnen wichtig?

Wie werden Sie von Kollegen oder Ihrer jetzigen Führungskraft bezogen auf Ihre Eigeninitiative beschrieben?

Welche Rahmenbedingungen können Ihre Initiative behindern oder blockieren?

Versuchen Sie einmal, aus sich herauszugehen – und beobachten Sie sich von außen: Was gefällt Ihnen an sich? Womit sind Sie glücklich? Welche Themen wollen Sie an sich weiterentwickeln? Und wofür bräuchten Sie noch Tipps von anderen?

Erkennen Sie Störungen und Stolperfallen frühzeitig und haben Sie einen Plan, dagegen vorzugehen?

Welche Methoden nutzen Sie, um Ihre Fortschritt zu messen?

Machen Sie eine tägliche, wöchentliche Review?

Bewerten Sie Ihre Projekte und Aufgaben am Schluss? Wie?

Haben Sie eine Not-To-Do-Liste?

IHRE ABSCHLIESSENDE AUFGABE

Vollenden Sie anhand der vorhandenen Fragenden folgenden Satz:

Sie als Selbstständiger/Vorgesetzter/TeamleiterIn setzen folgende Methoden regelmäßig und erfolgreich in Ihren Aufgaben/Projekten ein:

„WIE ORGANISIEREN SIE SICH
IM MOMENT?“

IHRE ORGANISATION

„Organisation ist das halbe Leben.“ sagt ein Sprichwort. Und daran ist etwas dran.

Wer unorganisiert, also planlos in den Tag geht, stellt immer wieder fest, dass etwas fehlt, Vorarbeiten noch nicht abgeschlossen sind, Dinge doppelt gemacht werden oder Kontrollen fehlen.

Schade eigentlich! Denn Planung kann so einfach sein, wenn Sie Checklisten und Routinen dafür aufbauen.

Planen Sie Ihren Tag? Wie?

Planen Sie ihre Projekte? Wie?

Planen Sie Ihre kleinen Besprechungen? Wie?

Stellen Sie sich vor, Sie sind Teamleiter oder Teamleiterin in einem sehr arbeitsintensiven Projekt, an dem verschiedene Abteilungen und Kollegen zusammenarbeiten. Welche Tools bringen Sie mit, um das Projekt erfolgreich zu strukturieren und Belastungen in Grenzen zu halten?

Wenn eine Zauberfee Sie fragen würde, wie Ihr idealer (Berufs-) Alltag aussehen soll, was würden Sie antworten?

(Nun haben Sie es in der Hand. Es ist jetzt Ihre Entscheidung! Keine äußeren Verhinderer mehr! Keine Entschuldigung! Die Zauberfee erfüllt Ihre Wünsche!)

Haben Sie auch Termine für Ihren Privatleben?

Kennen Sie die wichtigsten Aufgaben Ihres Tages?

Haben Sie abends die wichtigsten Dinge des Tages erledigt?

Sind Sie ständig erreichbar? Warum

(Wirklich? Ginge das auch anders? Wie?)

Haben Sie auch Termine für Kreativität und Selbstverwirklichung?

Planen Sie Ihre regelmäßige Weiterbildung?

Ließ sich Ihre Planung verwirklichen? Was taten Sie, als sich Ihre Planung nicht umsetzen ließ?

Wie gehen Sie bei der weiteren Bearbeitung Ihrer Aufgabe vor?

Reflektieren Sie nach der Beendigung einer Aufgabe noch einmal, wie Sie es das nächste Mal besser angehen könnten? Legen Sie dafür eine Checkliste an?

IHRE ABSCHLIESSENDE AUFGABE

Vollenden Sie anhand der vorhandenen Fragenden folgenden Satz:

Sie als Selbstständiger/Vorgesetzter/TeamleiterIn organisieren Ihre Aufgaben/Projekte mit folgenden Organisations-Tools:

„WELCHE ZIELE HABEN SIE
DEFINIERT?“

IHRE ZIELE

Sie brauchen keine Ziele?

Okay, dann ist es egal, wann, wo und wie Sie sich in einigen Jahren fühlen, was Sie machen, wo Sie stehen.

Wenn nicht, dann sind Ziele unerlässlich.

Es müssen keine Ziele in 10 Jahren sein. Aber Jahresziele, Quartalsziele, Monatsziele, Wochenziele und Tagesziele bringen Sie weiter.

Um diese Ziele erreichen zu können, müssen sie mit Ihren Werten, Ihrer Vision und Ihrer Mission übereinstimmen.

Welchen Rat würden Sie Ihrem 15-jährigen (60-jährigen) Ich geben?

Wo sehen Sie sich in 30 Jahren?

IHRE ABSCHLIESSENDE AUFGABE

Vollenden Sie anhand der vorhandenen Fragenden folgenden Satz:

Meine Ziele für die nächsten _____ Tage/Wochen/Monate sind (im Präsenz; positiv formuliert, keine Verneinung, keine Vergleich – die ignoriert das Unterbewusstsein):

Beispiel:

Meine Ziele für die nächsten 4 Wochen sind:

Ich verdiene mit meinem Buch XYZ in den nächste 4 Wochen 1000 €.

Ich wiege am xx.xx.xxxx 56kg.

„WIE SIEHT IHR MINDSET AUS?“

IHR MINDSET

Mindset ist das, was wir denken und fühlen.

Die Denkweise jeder Person ist anders, denn die Werte der Menschen sind sehr unterschiedlich. Dazu kommen die Glaubenssätze, die uns seit unserer Kindheit geprägt haben.

Und das ist nicht in Zement gemauert. Das lässt sich ändern.

Eine positive Geisteshaltung/ ein positives Mindset führt zum Erfolg und hilft Ihnen über die Stolperfallen des Lebens hinweg zu kommen..

Wie steigere ich mein Selbstwertgefühl?

Wie erlerne ich neue Verhaltensweise?

Wie verändere ich meine Einstellung zu unangenehmen Themen?

Wie ändere ich unerwünschte Verhaltensweisen?

Wie gewinne ich Klarheit über die jeweilige Situation?

Wie kommuniziere ich erfolgreich mit Kollegen / innen, Mitarbeiter / innen...)?

Kennen Sie Ihre Werte? Welche sind es?

Was war das Verrückteste, das Sie bisher in Ihrem Leben gemacht haben?

Wie haben Sie sich auf den letzten wichtigen Termin vorbereitet?

Erzeugen Veränderungssituationen eine emotionale Belastung?

Sinkt Ihre Fähigkeit zu vernünftigem, rationalem Handeln unter emotionaler Belastung?

Priorisieren Sie Ihre Aufgaben? Nach welchen Kriterien?

Mit welchen Spielzeugen haben Sie als Kind gespielt?

Was wäre ein Grund, aus dem Sie Ihr Unternehmen nicht nehmen sollte

Was bedeutet für Sie Erfolg?

IHRE ABSCHLIESSENDE AUFGABE

Formulieren Sie hier Ihre Affirmation:

Zum Beispiel:

- Das Universum gibt mir volle Unterstützung.
- Erfolg ist ein fester Bestandteil meines Lebens.
- Es steht mir zu.
- Alles in meiner Welt ist gut.
- Ich habe ein Recht auf Fülle und Wohlstand.
- Ich lasse alles los, was ich nicht mehr brauche.
- Ich bin voller Energie und Lebenskraft.
- Heute fällt es mir leicht, mich zu konzentrieren.
- Ich verfüge jederzeit über die passenden Ideen.
- Ich bin ein kreativer Mensch.
- Alles, was ich wirklich brauche, wird automatisch in mein Leben fließen.
- Erfolg ist Teil meines Lebens.
- Ich vertraue mir selbst.
- Ich respektiere mich selbst.
- Ich erkenne nun meine Stärken.
- Ich liebe mich selbst.

Quelle: <https://energetic-eternity.de/positive-affirmationen/>

Hier können Sie eine [kostenlose Strategie-Session](#) buchen oder [schreiben Sie](#) mir, wenn Ihnen dieses Buch gefällt und Sie Anregungen oder Fragen haben.

„WELCHE SELBSTVERPFLICHTUNG
SIND SIE MIT SICH
EINGEGANGEN?“

IHRE SELBSTVERPFLICHTUNG

Eine Selbstverpflichtung oder ein Commitment ist ein Schwur, ein Eid, ein Versprechen, das Sie ablegen.

Sie ist verbindlich und es kostet etwas Wichtiges, wenn sie nicht eingehalten wird. Nur dann ist sie für uns Menschen wirksam.

Denn wir neigen dazu auszubüchsen. Es dann doch nicht so schlimm zu finden oder es uns schön zu reden.

Eine Selbstverpflichtung gehen wir nur ein, wenn es uns wirklich wichtig ist. Sonst spricht sofort der Innere Verhinderer mit uns: Was willst Du denn damit? Was soll das denn?

Im Übrigen taucht dieser Verhinderer immer wieder auf, wenn es etwas kompliziert wird. 😊

Wie gelingt es Ihnen, über einen Rückschlag hinweg zu kommen?

IHRE ABSCHLIESSENDE AUFGABE

Vollenden Sie anhand der vorhandenen Fragenden folgenden Satz:

Ich verpflichte mich in den nächsten _____ Tagen/Wochen/ Monaten

umzusetzen/abzuschließen/zu lesen/zu trainieren.

Wenn ich nicht durchhalte, verpflichte ich mich,

zu tun.

Beispiel:

Ich verpflichte mich in den nächsten 3 Monaten jeden Tag 1 Stunde Englisch zu lernen.

Wenn ich nicht durchhalte, verpflichte ich mich, 5000 € für Hilfsbedürftige zu spenden.

Hier können Sie eine [kostenlose Strategie-Session](#) buchen oder [schreiben Sie](#) mir, wenn Ihnen dieses Buch gefällt und Sie Anregungen oder Fragen haben.

90-TAGE-CHALLENGE

Was haben Sie heute erfolgreich umgesetzt?

Der größte Erfolgskiller in allen Lebensbereichen ist ein Mangel an Selbstbewusstsein!

Diese Aufgabe erstreckt sich über die nächsten 90 Tage und ich garantiere Ihnen von Anfang an: Die wenigsten Menschen werden es durchziehen.

Aber die Personen, die es bis zum Ende durchziehen, werden diejenigen sein, die den Erfolg anziehen werden.

Schreiben Sie sich über die nächsten 90 Tage TÄGLICH 3 Dinge auf, die sie gut gemacht haben – auch, wenn es ein Telefonat war, welches gut verlaufen ist oder Sie jemandem helfen konnten.

Überprüfen Sie auch bei Selbstbeobachtungen und Tagebüchern von Zeit zu Zeit, ob Sie Fortschritte gemacht haben, ob Sie Veränderungen entdecken können. Auch hier gilt: Ergebnisse schriftlich festhalten und dokumentieren, damit Ihre Erfolge kontrollierbar sind.

TIPP: ERGEBNISSE IMMER SCHRIFTLICH FESTHALTEN UND DOKUMENTIEREN, DAMIT IHRE VERÄNDERUNGEN KONTROLLIERBAR SIND.

IHRE TÄGLICHE AUFGABE

Diese Aufgabe geht über 90 Tage – hierzu haben Sie täglich folgende Aufgaben:

TAG 1: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 2: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 3: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 4: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 5: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 6: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 7: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 8: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 9: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 10: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 11: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 12: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 13: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 14: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 15: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 16: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 17: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 18: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 19: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 20: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 21: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 22: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 23: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 24: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 25: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 26: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 27: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 28: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 29: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 30: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 31: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 32: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 33: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 34: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 35: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 36: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 37: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 38: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 39: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 40: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 41: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 42: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 43: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 44: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 45: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 46: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 47: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 48: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 49: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 50: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 51: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 52: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 53: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 54: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 55: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 56: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 57: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 58: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 59: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 60: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 61: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 62: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 63: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 64: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 65: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 66: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 67: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 68: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 69: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 70: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 71: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 72: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 73: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 74: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 75: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 76: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 77: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 78: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 79: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 80: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 81: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 82: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 83: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 84: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 85: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 86: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 87: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 88: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 89: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

TAG 90: WAS IST IHR ZIEL?

Schreiben Sie Ihre Affirmation auf und schreien Sie sie laut in die Welt:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute gut gemacht haben:

Schreiben Sie 3 Dinge auf, die Sie heute dankbar sind:

Sollten Sie alle Aufgaben erfolgreich absolviert haben, möchte ich Ihnen an dieser Stelle recht herzlich gratulieren! Denn dann wird sich Ihr Leben in den letzten 90 Tagen enorm verändert haben!

Wenn Sie mehr Inhalte haben möchten, folgen Sie mir bitte auf meinen Social Media Kanälen in Facebook & Instagram unter: Annette Kunow.

Unter den folgenden Hashtags finden Sie andere Leser des Buches, sowie weitere Content-Themen Selbstführung, Produktivität und Projekte für Selbstständige.

#annette_kunow

Sollten Sie sich für individuelle Strategien für Sich, Ihr Team oder Ihr Unternehmen interessieren, buchen Sie eine kostenlose Strategie-Session „Mit klarem Ziel zum Erfolg“ unter

<https://www.kisp.de/angebote/strategie-session/>

Dort können wir für Sie eine individuelle Strategie für Ihr Business erarbeiten.

Die kompletten Angebote der KISP Prof. Kunow + Partner finden Sie unter:

<https://www.kisp.de/angebote/>. Mit dem Code RABATT20 erhalten Sie bis zu 20 % Rabatt auf alle Dienstleistungen.

Ich wünsche Ihnen auf Ihrem Weg maximalen Erfolg und freue mich, Sie einmal persönlich kennenzulernen.

Ich wünsche Ihnen einen produktiven Tag!

Herzlichst

Annette Kunow

**LAZINESS COMES
WHEN YOU ARE
CHASING
MONEY INSTEAD
OF A GAME
WHERE YOU
LOVE THE PROCESS**

Feedback

DANKE FÜR EINE POSITIVE BEWERTUNG

Wenn Ihnen das Buch gefallen hat, schicken Sie mir bitte eine positive Bewertung.

ANMERKUNGEN, FRAGEN ODER KRITIK

Hier können Sie mir Ihre Anmerkungen, Fragen oder Kritik zum Buch Arbeitsbuch - Der Weg zum produktiven Ich schicken.

Im [Google-Formular](#) können Sie mir direkt schreiben und eine [Strategie-Session](#) können sie [hier](#) buchen.

Hier finden meinen Blog [Selbstführung & Produktivität](#). Sie helfen Ihnen, bessere Ergebnisse zu erzielen.

ÜBER DIE AUTORIN



Prof. Dr. Annette Kunow lehrte nach mehrjähriger Industrietätigkeit 32 Jahre an der Hochschule Bochum im Fachbereich Mechatronik und Maschinenbau.

Prof. Dr. Annette Kunow unterstützt Menschen darin, sich selbst besser zu führen und zu strukturieren. Darüber hinaus begleitet sie Unternehmen, die mehr Effizienz in ihr Projektmanagement bringen wollen. Nicht zuletzt steht sie Startups im Bereich Engineering als Science Angel zur Verfügung.

Dinge konsequent voranzubringen ist ihre Leidenschaft.

Annette Kunow ist Autorin mehrerer Bücher.

IHRE NOTIZEN

