

## Lerntagebuch und Erfolgstagebuch täglich führen.

Hallo

Ich empfehle dir, mit einem Erfolgs- und Lerntagebuch zu arbeiten. Bitte gehe in meinen DropBox-Ordner: «**3. GESCHENKE FÜR FREUNDE 1**» / «**0. TÄGLICHES ERFOLGS- UND LERNTAGEBUCH**» Dort hat es zirka 7 Dokumente zum Thema. Das erste davon ist im Anhang. Damit kannst du jeden Tag arbeiten.

Hier zwei Weisheiten, wo mir hierzu einfallen zum Thema «**Persönlichkeitsentwicklung**».

**Die erste Geburt ist im Kopf**  
**Die zweite Geburt ist auf Papier**  
**Die dritte Geburt ist in der Realität**

**Was ich denke, das sage ich.**  
**Was ich sage, das schreibe ich auf Papier.**  
**Was ich jeden Tag auf Papier lese, wird zu neuen Denkstrukturen.**  
**Was ich auf Papier lese und Umsetze (Z.B. täglich am Morgen 3 Minuten in den Spiegel grinsen) wird zu Handlungen.**  
**Handlungen werden zu einer Gewohnheit**  
**Gewohnheiten werden zu einem Charakter**  
**Ein Charakter wird zu einem Schicksal.**

## ERFOLGSTAGEBUCH

Die amerikanische Lernpsychologin Catherine Cox hat in den 20er Jahren des letzten Jahrhunderts die **Lebensgewohnheiten von über 300 Genies** studiert und **bei aller Unterschiedlichkeit eine Übereinstimmung gefunden.**

Ob Thomas Jefferson, Thomas Alva Edison oder Leonardo da Vinci: **Alle diese Genies führten über ihren Tagesablauf, ihre Erfolge und ihre Lernerlebnisse von frühester Kindheit an Protokoll - eine Gewohnheit, die sie mit weniger als einem Prozent aller Menschen teilen.**

**Tun Sie das auch - und: Gestatten Sie sich keine Ausreden!**

Wenn Elektriker-Lehrlinge jede Schraube im Materiallager quittieren, Krankenschwestern jedes Aspirin notieren, das Patienten in der zweiten Nachtschicht anfordern, und Reinigungsfachkräfte alle zwei Stunden

aufschreiben, dass sie die Sauberkeit der Toiletten überprüft haben, können Sie auch Buch führen über diese Erfolge. Denn nichts macht erfolgreicher als Erfolg! Zählen Sie täglich ein auf Ihr Erfolgs-Sparbuch und gönnen Sie sich einen schriftlichen Kontoauszug.

### **Mein Tipp:**

Führen Sie ein Erfolgstagebuch. Protokollieren Sie auf der Reise zu Ihrem Lebenstraum täglich in zwei Minuten die Bahnhöfe, Flughäfen und Etappenziele, an denen Sie bereits angekommen sind.

Leben Sie deshalb nach der Maxime: Ein Leben, das wert ist, gelebt zu werden, ist auch wert, festgehalten zu werden.

## **DAS LERNTAGEBUCH**

«Wer heute nicht klüger ist, als er gestern war, von dem halte ich wenig.» An dieser Einschätzung von Abraham Lincoln ist sicher viel Wahres daran: Denn wer aufhört, dazulernen, wer aufhört, besser zu werden, der hört in unserer schnelllebigen Zeit bald auf, gut zu sein.

Die Frage ist: **Wie können wir von gestern auf heute nicht nur dazulernen, sondern unsere Lernerlebnisse auch so speichern, dass wir sie in Zukunft tatsächlich zu Händen haben, wenn wir sie brauchen?**

Viele grossen Naturwissenschaftler, Dichter und Denker vertrauen ihre Lernerlebnisse schon seit Urzeiten ihren **Tagebüchern** an. Und es gibt viele Psychologen, die es nicht für Zufall halten, dass die kreativsten Menschen die sind, die sich mit ihren Ideen schriftlich auseinandersetzen, um dadurch den Kreativitätsprozess weiter zu stimulieren.

Ob Sie Ihr **Lerntagebuch** mit dem in Kapitel 57 vorgeschlagenen **Erfolgstagebuch** kombinieren wollen – wie es beispielsweise Leonardo da Vinci tat - oder beides getrennt führen, ist eine Frage des persönlichen Geschmacks.

Wichtig ist, dass Sie die Gewohnheit entwickeln, sich sowohl auf Ihre Erfolge als auch auf Ihre Lernerfahrungen zu fokussieren. Die gute Gewohnheit, beides zum Tagesablauf zu protokollieren, ist für Ihr Selbstvertrauen und Ihren Lernfortschritt vielleicht die wichtigste Gewohnheit, die Sie aufbauen können.