

## TAG 18

Wir leben in einer Gesellschaft, ob es uns gefällt oder nicht. Niemand kann also sagen, dass unsere Kommunikation mit Menschen unwichtig ist, oder? Wir sind alle soziale Wesen und unsere Beziehungen zu Menschen beeinflussen viele Bereiche unseres Lebens. Wenn wir in guten Beziehungen sind, fühlen wir uns energischer, lebendiger und glücklicher.

Daher werden wir uns heute auf die menschlichen Beziehungen konzentrieren. Wie würde deine Kommunikation mit Menschen aussehen, wenn du dich in deinem idealen Zustand befinden würdest? Wie würdest du dich ihnen gegenüber verhalten? Wie würdest du mit ihnen sprechen?

Würdest du deine Kollegen / Schulkameraden, die du am Morgen begegnet bist "Guten Morgen" sagen? Was für einen Ausdruck hättest du dann? Wie wäre deine Körpersprache, dein Tonfall und deine Stimme? Würdest du eine freundlichere und sanftere Person sein? Oder ein lebhafterer, energischerer, fröhlicherer Mensch? Vielleicht beide!

Würdest du beim Sprechen Augenkontakt herstellen? Ich bin sicher, du würdest. Das ist es.

Konzentriere dich heute auf deine Kommunikation mit Menschen. Ich denke, es wird eine großartige Erfahrung für dich sein! Bis morgen!

### **Aufgaben:**

- Versuche, den ganzen Tag über, in menschlichen Beziehungen und in der Kommunikation mit Menschen, so zu kommunizieren, wie dein ideales ich. Schreibe deine Erfahrungen auf das Arbeitsblatt.
- Höre dir deine Affirmation an, bevor du nachts schlafen gehst.

