

Genugtuungs-Zielsetzung

Wenn Du Dich selbst, alle um dich herum und vor allem Frauen in naher Zukunft wirklich inspirieren willst, dann nutze deine Zeit allein nach der Trennung, um deine bestehenden Fähigkeiten zu verfeinern oder neue zu entwickeln. Sich auf Genugtuungen zu konzentrieren, ist nicht immer einfach, aber es lohnt sich. Bewerte den Einfluss, den eine Genugtuung hätte, wenn du dich häufig darauf konzentrieren würdest. Belohnungen kommen in vielen Formen: Leidenschaft, Spaß, sozialer Status, Stolz, Selbstliebe.

Kurz gesagt, welche Genugtuungen machen dich zu einem Mann, auf den du stolz sein kannst? Wähle eine Genugtuung, die du als neuen Teil deiner Identität verkörperst und verwandel Dich in diesen Mann möchtest. Mach es Dir nicht so schwer und wähle keine Genugtuung mit der niedrigsten Belohnung / höchsten Schwierigkeitsstufe. **Erziele ein paar Siege, um Schwung aufzubauen!**

Genugtuung & Belohnung	Schwierigkeit 1 = Niedrigste Schwierigkeit 10 = Höchste Schwierigkeit	Belohnung 1 = Niedrigste Belohnung 10 = Höchste Belohnung

Genugtuungs-Zielsetzung

Wenn Du Dich selbst, alle um dich herum und vor allem Frauen in naher Zukunft wirklich inspirieren willst, dann nutze deine Zeit allein nach der Trennung, um deine bestehenden Fähigkeiten zu verfeinern oder neue zu entwickeln. Sich auf Genugtuungen zu konzentrieren, ist nicht immer einfach, aber es lohnt sich. Bewerte den Einfluss, den eine Genugtuung hätte, wenn du dich häufig darauf konzentrieren würdest. Belohnungen kommen in vielen Formen: Leidenschaft, Spaß, sozialer Status, Stolz, Selbstliebe.

Kurz gesagt, welche Genugtuungen machen dich zu einem Mann, auf den du stolz sein kannst? Wähle eine Genugtuung, die du als neuen Teil deiner Identität verkörperst und verwandel Dich in diesen Mann möchtest. Mach es Dir nicht so schwer und wähle keine Genugtuung mit der niedrigsten Belohnung / höchsten Schwierigkeitsstufe. **Erziele ein paar Siege, um Schwung aufzubauen!**

Genugtuung & Belohnung	Schwierigkeit 1 = Niedrigste Schwierigkeit 10 = Höchste Schwierigkeit	Belohnung 1 = Niedrigste Belohnung 10 = Höchste Belohnung
Läufer werden, einen Marathon laufen Ich werde abnehmen und athletischer aussehen. Ich könnte dabei auch neue Freunde finden	3	7
Fingerstyle-Gitarre lernen, YouTube-Musikcover für Jason Mraz Songs posten Ich werde meinen sozialen Status erhöhen und kann meine Gitarrenfähigkeiten monetarisieren	10	3
Meinen eigenen Kaffee auf dem Salcedo-Markt verkaufen, meine eigene Marke etablieren Ich kann meinen Job kündigen, sobald ich mein Hobby zu einem Geschäft mache	7	10
Japanisch lernen und einige einfache japanische Blogbeiträge veröffentlichen Ich werde mehr Freunde finden und kann mehr Orte besuchen, ohne mich verloren zu fühlen	9	9