

RAUM

FÜR Wertschätzung

[www.stimmbereit.de](http://www.stimmbereit.de)

# Willkommen in Ihrem Raum für Wertschätzung!

Hier dürfen Sie unbeschränkt

- \* Gutes sehen,
- \* Lob aussprechen und
- \* dankbar sein

Falls Sie das dringende Bedürfnis haben, Kritik zu üben, sich zu beklagen, zu tratschen oder ironische Bemerkungen zu machen, empfehle ich Ihnen, 6 Mal tief durchzuatmen, bevor Sie irgendetwas sagen. Meistens ist der Meckeranfall dann vorbei und Sie können den Raum der Wertschätzung weiter genießen.

Weitere Tipps, wie Sie meckerfrei werden und Ihrer Stimme eine positive Ausstrahlung schenken finden Sie hier: [www.stimmbereit.de](http://www.stimmbereit.de) (Blog)

Bringen Sie sich in gute Stimmung!

**Sigrid Haas** | Stimmtrainerin und Stimmtherapeutin  
[www.stimmbereit.de](http://www.stimmbereit.de) | Mobil: +49 1573 1573 395