

GET UP !



MEIN GET UP! MOMENT

Sieben Tage vom persönlichen Zukunftsbild zum ersten ehrlichen Gespräch.

MEIN NAME

STARTDATUM

DEIN MOMENT DARF HEUTE BEGINNEN



Du musst nicht sieben Tage warten

Die sieben Tage sind kein Test. Wenn du gerade Klarheit und Energie spürst, darfst du heute ein erstes ehrliches Gespräch führen. Du musst noch nicht alles wissen; die Community hilft dir, deine eigenen Worte zu finden.

Mit diesem Menschen möchte ich sprechen:

EIN EHRLICHER ANFANG

„Ich habe etwas erlebt, das mich über meine Wünsche und meine Zukunft nachdenken lässt. Dabei musste ich an dich denken. Darf ich dir erzählen, worum es geht?“



WHATSAPP
freiwillig beitreten

TAG 1 · SEHEN

Betritt deine Zukunftsausstellung

Stell dir eine Ausstellung deines zukünftigen Lebens vor. Du siehst dort keine Erwartungen anderer, sondern Begegnungen, Entscheidungen und Beiträge, die für dich Bedeutung haben.

Diesen Moment möchte ich später unbedingt sehen:

Welche Menschen sind dort bei mir?

Dieser Teil meiner Ausstellung wäre heute noch leer:

DEIN SCHRITT HEUTE

Teile auf Wunsch einen Satz oder ein Bild aus deiner Zukunftsausstellung in der Community.

TAG 2 · WÄHLEN

Nimm deine Wünsche wieder ernst

Manche Wünsche wurden leise, weil der Alltag lauter war. Suche heute nicht nach Zielen, die andere beeindrucken, sondern nach Erfahrungen und Veränderungen, für die du wirklich aufstehen möchtest.

Diese Wünsche möchte ich nicht länger übergehen:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Dieser Wunsch löst gleichzeitig Freude und Nervosität aus:

DEIN SCHRITT HEUTE

Markiere einen Wunsch. Du entscheidest heute noch nicht über den ganzen Weg.

TAG 3 · GRÖßER DENKEN

Mache den Traum nicht kleiner

Lass für einen Moment beiseite, was bisher üblich oder wahrscheinlich war. Großes Denken ist kein Ergebnisversprechen. Es öffnet den Blick; danach beginnt die ehrliche Arbeit.

Mein Wunsch in seiner bisher vorsichtigen Form:

Mein Wunsch, wenn ich ihn nicht vorschnell verkleinere:

Wem könnte meine Entwicklung zusätzlich helfen?

DEIN SCHRITT HEUTE

Lies beide Versionen laut. Behalte diejenige, die Richtung gibt und ehrlich bleibt.

TAG 4 · BEDEUTUNG

Finde dein persönliches Warum

Ein Traum trägt länger, wenn du verstehst, warum er für dein Leben Bedeutung hat. Suche keine kluge Formulierung, sondern eine persönliche Wahrheit, die dich an dein eigenes Wofür erinnert.

Ich möchte:

Das ist mir wichtig, weil:

Wenn ich beginne, verändert sich für mich und andere:

DEIN SCHRITT HEUTE

Erzähle einem vertrauten Menschen dein Warum – ohne es größer darzustellen, als es ist.

TAG 5 · ENTSCHIEDEN

Triff eine verantwortungsvolle Entscheidung

Begeisterung öffnet die Tür. Entschlossenheit hilft dir weiterzugehen. Du entscheidest heute nicht über dein gesamtes Leben, sondern über einen Wunsch und einen realistischen nächsten Schritt.

Mein GET UP! Satz: Ich will ... weil ... und bin bereit, dafür ... zu lernen und zu tun.

Mein erster sichtbarer Schritt:

An diesem Tag und zu dieser Uhrzeit setze ich ihn um:

DEIN SCHRITT HEUTE

Trage deinen Schritt in den Kalender ein. Entschlossenheit wird durch Verbindlichkeit sichtbar.

TAG 6 · UNTERSTÜTZUNG

Hole dir die Community an die Seite

Du musst nicht erst sicher auftreten, bevor du Unterstützung bekommen darfst. Gute Hilfe nimmt dir die Handlung nicht ab; sie hilft dir, zunehmend selbst Verantwortung zu tragen.

Dabei wünsche ich mir Unterstützung:

Diese konkrete Frage stelle ich der Community:

Diese Person darf mich an meinen Schritt erinnern:

DEIN SCHRITT HEUTE

Teile deinen GET UP! Satz und stelle genau eine konkrete Frage in der Community.

TAG 7 · GESPRÄCH

Teile deinen GET UP! Moment

Sprich mit einem Menschen, der dir wichtig ist. Du musst ihn nicht überzeugen. Erzähle, was du erkannt hast, und höre ebenso aufmerksam auf seine Wünsche, Fragen und Bedenken.

So erkläre ich GET UP! in meinen eigenen Worten:

So benenne ich Network Marketing und die unabhängige Lifeplus-Verbindung klar:

Darum habe ich gerade an diesen Menschen gedacht:

DEIN SCHRITT HEUTE

Führe das Gespräch offen. Ein ehrliches Nein ist ein vollständiger und zu respektierender Ausgang.

NACH DEM GESPRÄCH

Was das Gespräch mich lehrt

Eine Zusage ist nicht der einzige Erfolg. Prüfe, ob du authentisch warst, gut zugehört und GET UP!, Network Marketing sowie die unabhängige Lifeplus-Verbindung transparent eingeordnet hast.

Was hat den Menschen wirklich beschäftigt?

Wo war ich klar – und wo noch unsicher?

Was mache ich beim nächsten Gespräch besser?

Welchen nächsten Schritt wählt mein Gegenüber selbst?

DEIN SCHRITT HEUTE☐

Ich teile meine Lernerfahrung in der Community und bitte um konkretes Feedback.

DEIN NÄCHSTER SCHRITT

Aus einem Moment wird ein Weg

Kehre mit deiner Erfahrung in die Community zurück. Teile nicht nur das Ergebnis, sondern vor allem, was du gelernt hast. Entscheide anschließend selbst, welches Gespräch oder welche Fähigkeit jetzt sinnvoll ist.

Mein nächstes Gespräch führe ich mit:

Diese Fähigkeit möchte ich als Nächstes entwickeln:

Diese Person darf mich dabei begleiten:

WEITERLESEN UND QUELLEN PRÜFEN

Die eigenständige GET-UP!-Entwicklung wurde unter anderem von Literatur über Purpose, Lebensziele, großes Denken und entschlossenes Handeln angeregt. Genannt werden John Streleckys „The Big Five for Life“ sowie Grant Cardones „The 10X Rule“ und „Be Obsessed or Be Average“. Übungen und Aussagen werden nicht ungeprüft übernommen.



ZUR COMMUNITY

selbst entscheiden

**VERANTWORTUNG
ÜBERNEHMEN.
ZUKUNFT
GESTALTEN.**



Du hast deinen Traum nicht nur gedacht

Du hast ihn angesehen, ausgesprochen und mit einem Menschen geteilt. Jetzt wird aus Energie ein Weg – in deinem Tempo und mit selbstbestimmten nächsten Schritten.

IN DEN NÄCHSTEN 24 STUNDEN TUE ICH:



ZUR WHATSAPP-COMMUNITY

DREAM BIGGER. BUILD YOURSELF. GROW TOGETHER.