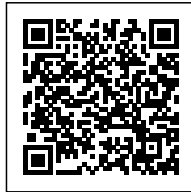


WAS DAS HIER UND JETZT MIT ERFOLGREICHEM PINTEREST MARKETING ZU TUN HAT

Posted on 24. April 2020 by Milena

Ein Geheimnis glücklicher Menschen ist das Leben im Hier und Jetzt. Diese Lebensweise kannst Du auf den Erfolg bei Pinterest übertragen. Wie Du das anstellst, erfährst Du in diesem Beitrag.

Category: [Pinterest Marketing](#)



Wer mir schon länger folgt, der weiß, dass ich mich sehr für Persönlichkeitsentwicklung interessiere. Ich verschlinge alle Bücher und Artikel, die ich dazu finde.

Ein Geheimnis glücklicher Menschen ist das Leben im Hier und Jetzt. Die Vergangenheit ist passé und die Zukunft noch nicht passiert. Alles, was Du beeinflussen kannst, befindet sich im Hier und Jetzt. Du kannst jetzt Dein Leben aktiv gestalten. Nicht gestern. Nicht morgen. **Jetzt!**

Dieses Geheimnis glücklicher Menschen kannst Du auf den Erfolg Deines Unternehmens übertragen. Wie Du das anstellst, erfährst Du in diesem Beitrag.

Jeder von uns hat in der Vergangenheit schöne und weniger schöne Dinge erlebt, einen Menschen verloren, eine Trennung durchlebt oder einen Unfall gehabt. Unsere Gedanken hängen meist bei den nicht so schönen Dingen fest. Loslassen fällt häufig schwer. Unsere Gedanken kreisen immer wieder um dieses eine Thema, obwohl es schon längst vergangen ist. Die schmerzlichen Erinnerungen quälen uns jedoch weiterhin.

Oder Du bist schon mit den Gedanken beim morgigen Tag. Du planst eventuell, was Du Dir und Deiner Familie zum Mittagessen kochst oder was Du Schönes unternehmen kannst. Vielleicht machst Du Dir aber auch gerade Sorgen, ob Deine Kinder gut durch die Schule kommen. Jetzt, wo die Coronakrise den Alltag durcheinanderwirbelt und das Risiko besteht, den Anschluss beim Schulstoff zu verlieren.

Das heißt es, im Hier und Jetzt zu leben

Das Leben im Hier und Jetzt hat viele Vorteile, die Dich im Alltag zunehmend glücklicher machen:

- Du nimmst Dich und Deine Umgebung achtsam wahr und bist präsent.
- Die Dinge, die Du gerade tust, tust Du aufmerksam und achtsam.
- Du bist mit Deiner Umgebung verbunden.
- Du spürst Deinen Körper und nimmst alle Empfindungen wahr.
- Deine Gedanken hängen nicht mehr in der Vergangenheit fest.
- Deine Gedanken kreisen nicht wahllos um angstbeladene Themen und Du sorgst Dich nicht darum, was Dir Schlimmes passieren könnte.
- Du verschiebst Dinge nicht auf später, sondern realisierst Deine Träume jetzt.
- Wenn Du im Hier und Jetzt lebst, empfindest Du Gelassenheit und Leichtigkeit.



Wie schaffst Du es, im Hier und Jetzt zu leben?

Viele von uns hetzen durch den Alltag. Du steigst in Dein Auto, fährst zur Arbeit, arbeitest, fährst einkaufen und dann nach Hause. Zuhause angekommen kannst Du Dich aber weder an den Weg zur Arbeit noch an den Einkauf erinnern, weil Du auf „Autopilot“ geschaltet hast. Natürlich erledigst Du in diesem Moment alle Dinge, aber Du bist weder anwesend noch präsent.

Um im Hier und Jetzt zu leben, kannst Du Folgendes tun:

- Wenn Du morgens immer im Stress bist, stehe eine halbe Stunde früher auf und starte achtsam und langsam in den Tag.
- Fahre nicht immer den gleichen Weg zur Arbeit oder ins Coworking Space. Nimm eine andere Strecke. Falls Du mit der Bahn fährst, steige eine Station früher aus, um den Rest zu laufen und schon vor der Arbeit einen klaren Kopf zu bekommen.
- Wenn Du zu Fuß unterwegs bist, schau Dich um. Was siehst Du? Blühen die Kirschbäume? Riecht es nach Flieder? Wie sehen die Wolken aus? Gibt es überhaupt Wolken am Himmel? Ist es windig? Wie warm oder kalt ist es heute?
- Spüre auch in Dich hinein. Bist Du angespannt? Ziehst Du die Schultern hoch? Atmest Du ruhig oder hältst Du den Atem häufiger an?
- Prüfe Deine Gedanken. Woran denkst Du aktuell? Machst Du Dir Sorgen? Bist Du fröhlich?
- Wenn etwas Unschönes passiert, dann atme einmal tief durch und frage Dich zum Einen, ob

es wirklich so schlimm ist, was gerade passiert ist und zum Anderen, ob Du es beeinflussen kannst. Wenn Du es nicht beeinflussen kannst, dann lohnt es sich auch nicht, sich darüber zu ärgern, oder? ☐

- Hebe nichts für passende(re) Anlässe auf. Trag' Deine neuen Pumps heute und nutze heute Dein Lieblingsgeschirr.



Das Hier und Jetzt bei Pinterest

Das Leben im Hier und Jetzt macht Dich im Alltag nicht nur glücklicher, sondern in Deinem Business auch erfolgreicher.

Pinterest Marketing bietet Inspirationen und neue Ideen. Die Nutzer suchen Lösungen und Vorschläge zu *aktuellen* Themen. Deswegen ist es sinnvoll, in der jetzigen Situation Lösungen zu pinnen, die den Familienalltag erleichtern, das Homeschooling näher bringen oder neue Fertigkeiten wie das Häkeln fördern.

Auch im Business bist Du also erfolgreicher, wenn Du präsent bist. Sei also auch bei Pinterest achtsam und pinne aufmerksam. Verbinde Dich mit Deiner Zielgruppe und überlege, was sie genau jetzt interessieren könnte. Im Moment ist neben der Coronakrise der Muttertag ein aktuelles Thema, was für die Pinterest Nutzer interessant ist. Die Analytics bieten hier umfangreiche Funktionen, um zu prüfen, was Deine Zielgruppe gerade möchte. Schau Dir insbesondere an, welche Pins in den letzten 30 Tagen geklickt wurden und erstelle ähnlichen oder neuen Content zu diesen Interessen. So holst Du Deine Zielgruppe ab und bietest Ihnen mit Deinen Inhalten Ideen und Inspiration.

Wie also wirst Du bei Pinterest erfolgreich? Indem Du die Themen pinnst, die die Nutzer zum jeweiligen Zeitpunkt am meisten interessieren und auch, indem Du auf Deine Zielgruppe reagierst.



The banner features a laptop on the left displaying a 'Pinterest Saison-Kalender für Food Blogger' interface with a calendar grid and a list of tasks. To the right, the word 'Pinterest' is written in a cursive font, followed by 'SAISONKALENDER FÜR FOODBLOGGER' in a bold, sans-serif font. A woman is smiling on the right side. At the bottom, a dark blue bar contains the text 'HER DAMIT!' with a white mouse cursor pointing to it.

Fazit

Das Leben im Hier und Jetzt macht Dich im Alltag nicht nur glücklicher, sondern auch bei Pinterest erfolgreicher, so dass Du noch mehr Besuche auf Deiner Webseite generieren kannst. Pinne also immer die Themen, die die Nutzer am meisten interessieren und verbinde Dich mit Deiner Zielgruppe, um auf ihre Vorlieben reagieren zu können.

Pinnst Du schon im Hier und Jetzt? Hinterlasse mir gern einen Kommentar.



Was das
Hier & Jetzt
mit erfolgreichem

*Pinterest
Marketing*
zu tun hat

www.Milena-Czogalla.com