

# Wir behalten ...



**10% von dem,  
was wir lesen**



**50% von dem,  
was wir hören  
und sehen**



**20% von dem,  
was wir hören**



**70% von dem,  
was man selbst sagt**



**30% von dem,  
was wir sehen**



**90% von dem,  
was man selbst tut**

Quelle: J. Knoblauch: Berufs-Strrreß ade!