

Nicht gut genug....

... glaubst Du das auch? Viele meiner erfolgreichen Klienten treibt diese Selbstwahrnehmung zu noch mehr Leistung an... Die Anerkennung für die gute Leistung verpufft dann aber schnell und öffnet Raum für Zweifel und inneren Druck.

Gekoppelt mit einer hohen Empfänglichkeit für Kritik verstärkt sich das „nicht gut genug“-Gefühl und die eigene Unsicherheit. Vielleicht entlasten dich ja die folgenden Gedanken...

- ▣ Nicht jede Kritik ist für dich bestimmt. Verantwortung zu übernehmen, ist wichtig. Doch bist du SO WICHTIG, dass alles im Job von dir abhängt?
- ▣ Nobody is perfect. Feedback soll helfen und ist eine großartige Chance zu wachsen. Das ist auch ganz wichtig für die eigene Mitarbeiterförderung.
- ▣ Vermeide negative Selbstgespräche und sprich mit dir wie mit einem guten Freund.

Es gibt nicht das „one size fits all“-Konzept, um unsere Denkmuster und unser Verhalten zu ändern. Wichtig ist, ins „doing“ zu kommen, um das persönliche Wachstumsziel zu erreichen. Auf Wunsch begleite ich Dich in diesem Prozess.

**#businesscoaching #zielerreichung #persoenlichkeitsentwicklung
#knowingdoinggap**