

Was hält Dich ab....

... ganz häufig sind wir es selbst, die uns davon abhalten, eine Herausforderung anzugehen und unsere Ideen umzusetzen.

Das trifft nicht nur auf viele meiner Klienten zu, sondern hat auch mich davon abgehalten, ein interessantes Jobangebot im Unternehmen anzunehmen. Ich hatte damals die Befürchtung, diesem Job neben meiner Rolle als Mutter nicht gerecht werden zu können und habe es lieber gar nicht erst probiert.

Die Gründe, etwas nicht anzugehen, sind sehr individuell.

☛ Nicht alles, was Du erreichen möchtest, ist tatsächlich eine Priorität für Dich. Bist Du bereit, an Dir zu arbeiten?

☛ Falls ja - welche Gedanken und Gefühle sind es, die Dich davon abhalten, Dich weiterzuentwickeln? Gibt es negative Erfahrungen aus der Vergangenheit, die Dich noch heute beeinflussen?

Auch erfolgreiche Klienten haben Glaubenssätze wie „nicht gut genug zu sein“ und „innere Quatschies“, die ihre Zweifel bestärken. Viele dieser Gedanken würden einem Realitätscheck nicht standhalten. Probiere, Dich mit den Augen anderer Menschen zu sehen und den Fokus häufiger ganz bewusst auf Deine persönlichen Erfolge zu lenken...

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

#businesscoaching #zielerreichung #persoenlichkeitsentwicklung
#knowingdoinggap