Fokus auf dich selbst



Mach endlich dein Ding! - Vom Träumen zum Handeln: Dein Weg zu Selbstverwirklichung und Erfolg

Erfolgsebook

Fokus auf dich selbst

Mach endlich dein Ding!

Andreas Schulze

Andreas Schulze Verlag
https://erfolgsebook.com
Leseprobe

Inhaltsverzeichnis

Fokus auf dich selbst: Mach endlich dein Ding!
Selbstreflexion: Schwächen akzeptieren und Stärken wertschätzen
Umgang mit Kritik am Arbeitsplatz – 3 Wege zur Bewältigung von Kritik am Arbeitsplatz
Angst vor dem Versagen – oder vor dem Erfolg?
Wie man glücklich wird – Tipps, die man befolgen sollte
Sie möchten Ihr Leben verändern? Tun Sie es heute!
Die Erfolgsgeheimnisse der Erfolgreichen
Innere Ruhe finden – Die Kunst der Selbstfindung
Endlich wird die streng geheime Technologie enthüllt, die von den erfolgreichsten Menschen der Welt verwendet wird!
Warum streben wir nach Erfolg? Ist er wirklich so wichtig?
Warum man ohne körperliche Gesundheit nicht erfolgreich sein kann
In 5 einfachen Schritten ein positives Selbstbild entwickeln
Der Schlüssel zu einem erfolgreichen Leben ist einfacher und näher, als man denkt
Mentale Selbsthilfe – der Anfang jedes Erfolges
Vervollkommnung der Geduld
Geheimtipp Reichtum – Setzen Sie sich ein Erfolgsziel
Die 3 ultimativen Schlüssel, die entscheiden, ob es klappt oder nicht klappen wird
In 3 einfachen Schritten durchsetzungsfähig und selbstbewusst werden
Der seltsame Grund, warum es zum Erfolg führt, wenn man früh aufsteht
Die Morgenroutine erfolgreicher Menschen
Steigern Sie die Leistungsfähigkeit Ihres Gehirns und nutzen Sie Ihr Potenzial
Persönliche Entwicklung ist das Ergreifen von Lebenschancen
Selbstverbesserung! Warum ist das so wichtig für den Erfolg?
3 Wege, um die Hindernisse zu überwinden, die im Leben auftauchen
Teamwork – Erfolgreiche Strategien, um mit schwierigen Menschen umzugehen
Mind-Power-Techniken beherrschen: So leben Sie das Leben, das Sie sich immer gewünscht haben
Die 3 wichtigsten Schlüssel zu einem erfolgreichen Leben
Das Geheimnis der Hirnströme wird gelüftet
Wenn Sie diese kritischen Fehler vermeiden, können Sie geschäftlich erfolgreich sein
Nutzen Sie Ihre Vorstellungskraft, um erfolgreich zu sein!
Konzentriert arbeiten – Tipps, die den Unterschied ausmachen können
Die 3 besten Tipps, die sich bewährt haben, um im Leben erfolgreich zu sein
Überwinden Sie Ihre selbstbeschränkenden Überzeugungen, um erfolgreich zu sein!
Einfache Schritte zum Glück in jeder Lebenslage

Wie ein erfolgreicher Unternehmer denkt
Tipps für Veränderungen im Leben
Das Gesetz des Geldes: Gewohnheiten erfolgreicher Menschen entwickeln
Wie kann die Aufmerksamkeit auf das Ziel gelenkt werden?
Erfolgreich sein – eine solide Grundlage für nachhaltigen Wohlstand und Erfolg schaffen
Erfolg – Wie man eine Erfolgsmentalität entwickelt
Wie man seine Berufung im Leben findet: 5 entscheidende Fragen, um seine Berufung zu finden
Wie werden die 5 wichtigsten Erfolgskompetenzen bewertet?
Erfolg – Wie man Erfolg im Leben findet
Der Weg zum Erfolg ist gepflastert mit einer positiven Einstellung
12 Geheimnisse, mit denen Sie den Widerstand gegen die Veränderungen in Ihrem Leben überwinden können
Wie man jedes Argument gewinnt – 3 verblüffende Tipps, um sich in jeder Diskussion durchzusetzen
Erfolgsorientiertes Denken – Wie man durch Denken reich und erfolgreich wird
Was sind die Voraussetzungen für das Gelingen des Lebens?
Wie definieren Sie Ihre Art von Erfolg und wie erreichen Sie sie?
50 Jobs, Auftritte und Nebentätigkeiten für zu Hause
Wie man anfängt
Erfolg haben, wenn wir zum Scheitern verurteilt sind
Wie kann man erfolgreiche Menschen zum Vorbild nehmen?
Entdecken Sie den Heilig Gral, der Ihnen hilft, Millionär zu werden.
Befreien Sie sich von der Angst vor dem Scheitern.
Das universelle Geheimnis des Unternehmenserfolgs
Fünf Wege zum erfolgreichen Unternehmer
Erfolgsprinzipien – Das Prinzip „glauben und handeln“
Eine einfache Wahrheit kann Ihnen auf dem Weg zum Millionär eine Hilfe sein
Wie können die Kreativen auch im 21. Jahrhundert überleben?
Starthilfe zur Selbstverbesserung
15 Zeichen, die zeigen, dass Sie auf dem richtigen Weg sind
Wie man erfolgreiche Menschen für sein Leben und sein Unternehmen gewinnt
Engagement – der Schlüssel zum Erfolg
Tipps zur Förderung des Selbstwertgefühls – 3 Schlüssel, um das Gefühl zu überwinden, ein Versager zu sein
Schaffen Sie eine positive Einstellung
Top 3 Erfolgsfaktoren für Ihren Erfolg
Wie kann ich mich besser konzentrieren? Die Vorteile von FOCUS
Geben Sie nicht auf: Leben Sie Ihren Traum
5 Schlüssel zur effektiven Führung
Erfolg – Wie man Sorgen überwindet
Eine Perspektive für den Erfolg
Warum das Training unseres psychischen Wohlbefindens für uns alle von Nutzen sein kann
Das Geheimnis des Erfolgs liegt in der Selbstentwicklung
Das Wissen der Erfolgreichen über die Kraft des Augenblicks
Emotionale Intelligenz – Fähigkeiten werden in erster Linie im Gehirn entwickelt
Wie man Zwangsgedanken in 5 einfachen Schritten stoppt
3 Schlüssel, um ein erfolgreicher Mensch zu werden

Wie man Veränderungen in sein Leben bringt
Kreativität freisetzen – Wie man sich Zeit zum Lernen nimmt und dadurch kreativer wird
Stellen Sie die Weichen für Ihren Erfolg
Die Bedeutung von Zeit und ihre effiziente Nutzung für Erfolg und Freude
Engagement bringt Erfolg
Mit unternehmerischem Denken zum Erfolg
Wie man glücklich wird und erfolgreich lebt
In 3 einfachen Schritten mit schwierigen Menschen umgehen
Management – 8 Schlüsselkompetenzen für erfolgreiche Managerinnen und Manager
8 Gemeinsamkeiten erfolgreicher Menschen
Nicht schüchtern sein: 5 einfache Schritte
Erfolg haben, indem man tut, was man liebt
Die wichtigsten Zutaten für eine Erfolgsmentalität
Kreative Vorstellungskraft: 3 Wege, die kreative Vorstellungskraft zu entfesseln
Die 6 Schritte vom Wunsch zum Erfolg
Mehr Selbstvertrauen durch bessere Konzentration und Gedächtnisleistung
Persönliche Transformation – Bewirken positiver Veränderungen im Leben
Wie Visualisierung zum Erfolg führen kann
Die ganze Strategie, die Sie machen, ist ein Sabotageakt für Ihren Erfolg.
3 Anzeichen für einen persönlichen Durchbruch
Glück ist kein Ziel. Glück ist eine Reise
Durchsetzungsfähiger werden – 13 Bausteine zum Durchsetzungsvermögen
Die narzisstische Persönlichkeit, Sex und Lügen
3 Wege zur Verbesserung der emotionalen Intelligenz
3 Schlüssel zur Schaffung von Zielen, die für alle Beteiligten von Vorteil sind
Richtig oder falsch? Hat Ihr Unternehmen das Zeug zum Erfolg?
Neudefinition von Erfolg in der Mitte des Lebens
25 einfache Tipps für mehr Produktivität am Arbeitsplatz
Nimm die Kontrolle über dein Leben in die Hand und lebe so, wie du es verdient hast.
Leben Sie die Träume, die andere für Sie haben, aber nicht die Träume, die Sie selbst haben?
Ändern Sie Ihre Denkweise und werden Sie so erfolgreich, wie Sie es durch die Änderung Ihres inneren Spiels möchten.
Was bedeutet für Sie Erfolg?
Die geheime Zutat zum Erfolg
Was tun die Erfolgreichsten, was andere nicht tun?
Erfolgreiches Finanzmanagement
Wie erfolgreiche Menschen finanzielle Freiheit erreicht haben
Die zwei Seiten der Selbstmotivation
Wenn Sie in Ihrer derzeitigen Lebenssituation erfolgreicher sein wollen, ist dies der erste Schritt
5 Wege, sich zu motivieren!
4 Wege zum schnellen Erfolg
Erfolg zu Ihren Bedingungen
Von anderen lernen, um den eigenen Erfolg zu erzielen
Durchsetzungsvermögen zeigen: So muss man sein!
Das Geheimnis des Erfolgs – Wie man die richtigen Entscheidungen trifft, um im Leben erfolgreich zu sein
Erfolg – Andere hatten den Erfolg schon!

3 Tipps für ein besseres Selbstwertgefühl
Optimieren Sie Ihren Erfolg
Seien Sie sich sicher, was Sie unter „Erfolg“ verstehen.
Das Geheimnis eines schönen Lebens
3 Versteckte Mind-Power-Techniken, von denen Sie nicht wissen sollten, dass sie existieren
Für positive Veränderungen offen sein
Sieben Schlüssel zum Erfolg durch Selbstvertrauen
Stellen Sie Ihre Ziele und Träume nicht in Frage
Was haben die erfolgreichsten Menschen gemeinsam: Geisteskraft!
Vorbereitung auf den Erfolg
Erfolg ist nur mit der richtigen Einstellung möglich
Der Erfolgsfaktor Nr. 1, den man nicht außer Acht lassen darf
11 Schlüsselverhaltensweisen, die erfolgreiche Menschen an den Tag legen – Machen Sie sie zu Ihrer ständigen Praxis
Techniken der emotionalen Manipulation – schmutzige Tricks, die Menschen anwenden, um andere zu manipulieren
Hindernisse auf dem Weg zum Lebensziel überwinden
Vorteile für die Verbesserung der eigenen Leistung
Was einen im Leben glücklich machen kann
3 Schritte, um in jeder Hinsicht erfolgreich zu sein
Man muss wie die Erfolgreichen denken und handeln, um erfolgreich zu sein.
Angst vor alten Wunden sabotiert den Erfolg
7 Merkmale hochsensibler Menschen
8 Merkmale von Menschen, die besonders erfolgreich sind
Die Gehirnleistung steigern, um Magie im täglichen Leben zu schaffen
Die 10 wichtigsten Schlüssel, um ein erfolgreiches Unternehmen auf die Beine zu stellen
Maximieren Sie Ihren Erfolg mit 3 Erfolgsprinzipien
Mit einem gesunden Leben auf dem Weg zum Erfolg
Die wichtigsten Faktoren, die die Menschen daran hindern, erfolgreich zu sein
Smalltalk mit Fremden – 3 magische Konversationstipps
Ihre geistige Einstellung ist von entscheidender Bedeutung
Erfolg und Optimismus gehören zusammen.
Die 3 Techniken, die helfen zu gewinnen
Wie Sie durch unterschwelliges Lernen zu einer Wissensmaschine werden
Wenn die Angst uns zurückhält
Erfolgreiche Menschen konzentrieren sich auf das „Warum“, weniger Erfolgreiche auf das „Warum nicht“.
Die Erfolgsmentalität
100 Tipps für den Erfolg, die ein Unternehmer kennen und anwenden sollte
Die einzige Freizeitbeschäftigung, die alle wohlhabenden und erfolgreichen Menschen gemeinsam haben
Der Schlüssel zu erfolgreichen Online-Geschäftsideen
Das Gefühl, in einer Sackgasse zu sein – Denken Sie lieber an Ihre Erfolge als an Ihre Misserfolge
Tipps, um Stress abzubauen und Ängste zu überwinden
Wie aus einem Traum ein erfolgreiches Unternehmen werden kann
Ist es eine Gewohnheit, sich zu beschweren und zu jammern, die einen vom Erfolg abhält?
Das fehlende Rezept für den Erfolg

Die Macht des Geistes – Die Entfesselung der Kraft, die im Verborgenen liegt
Glauben Sie an Ihren Erfolgsweg
Merkmale und Eigenschaften von Menschen, die erfolgreich sind
Hindernisse überwinden, um Ihr Unternehmen aufzubauen
5 Schlüsselelemente für den Erfolg
Wie man das, was man hat, für den Erfolg nutzen kann
5 Wege zur Beschleunigung des Erfolgs durch Fokussierung
Erfolgreiche Menschen haben nur positive Gedanken im Kopf!
9 Schlüssel, um ein erfolgreiches Internet-Geschäft zu starten!
Leitfaden, um sich erfolgreiche Ziele zu setzen
Für den Unternehmenserfolg unverzichtbare Eigenschaften
Denkweise – Die Formel für Erfolg
Erfolgreiche Führungskräfte haben Freude am Führen
Die Arten der erzeugten Hirnströme und warum sie für Sie wichtig sind
4 Strategien für den Erfolg
3 Wege zu mehr Selbstbewusstsein und Erfolg
Die Zutat, die zum Erfolg fehlt
Mehr Selbstvertrauen für mehr Erfolg
Beharrlichkeit – ein Schlüssel zum Erfolg
5 geistige und körperliche Aktivitäten, die Sie brauchen, um zu gewinnen
11 Gewohnheiten, mit denen man in seinem Leben zu Größe gelangen kann
Umgang mit Stress – Was Sie wirklich tun müssen, um Stress zu reduzieren
Ihre klare Vorstellung von Erfolg beginnt hier!
Wie Sie Ihr Gehirn wieder aufladen können, damit es sein volles Potenzial entfalten kann
5 überraschende Gründe, warum Menschen, die erfolgreich sind, arbeiten
3 Tipps für mehr Lebensqualität
4 einfache Gewohnheiten, die zum Erfolg führen
Erfolg! Er liegt direkt vor Ihnen!
Impulsgeschwindigkeit
Erfolg kann man nicht im Alleingang erreichen
Erfolg führt zu noch größerem Erfolg
Fünf Schritte zum Geschäftserfolg
Kommunikation – Geheimnisse der Führung
6 Übungen, um die Achtsamkeit im Alltag zu verbessern
3 Erfolgsstrategien, die sich bewährt haben und die Ihren Erfolg garantieren werden
Das Erfolgsprinzip – 3 Schlüssel zum erstaunlichen Erfolg
Den Erfolg selbst in die Hand nehmen
Die geheimen Waffen für den Erfolg
Wie Erfolg und Kaffee zusammenpassen
Ist Beharrlichkeit der Schlüssel, um Ziele im Leben zu erreichen und erfolgreich zu sein?
3 Schlüssel, um eine Wende in Ihrem Leben zu erreichen
Seine Erfolgsgeschichte feiern
Glück – Wie Sie in Ihrem gegenwärtigen Job glücklich sein können
Bewahre deine Träume am Leben
5 Wege zu einem zufriedenen Start ins Leben
Warum ist es wichtig zu wissen, wie Stress und psychische Gesundheit zusammenhängen?
Von der Sicherung des Lebensunterhalts zur Gestaltung des Lebensstils
Säen Sie die Saat des Erfolgs

Die Alphawellen des Gehirns – schalten Sie die Leistung Ihres Gehirns ein
Der Erfolgsplan in 5 Schritten zur Eroberung der Herzen Ihrer Kunden
Alle Ziele schnell, einfach und ohne Willenskraft erreichen
Vorherrschende Erfolgsangst
Stress bewältigen: Nehmen Sie sich Zeit für sich selbst
Erwarten Sie Erfolg jeden Morgen beim Aufwachen?
Wie kann man den eigenen Erfolg sabotieren?
Visualisierung
Produktivitätspraktiken
Endspurt
Sich selbst belügen, um erfolgreich zu sein – das ist die Mentalität des Erfolgs
Manipulation in Beziehungen – Die sieben psychologischen Knöpfe, die sich hinter unserem Rücken befinden
Grundsätze zur Erreichung der Ziele: Feiern der Erfolge
Ziele nicht aufgeben
Tipps, die Ihnen helfen, die Veränderungen in Ihrem Leben zu akzeptieren
3 Möglichkeiten, wie Ihre Einstellung Ihren Erfolg beeinflussen kann
5 Vorteile für Online-Unternehmen, Beziehungen aufzubauen

FOKUS AUF DICH SELBST: MACH ENDLICH DEIN DING!

Willkommen zu "Fokus auf dich selbst: Mach endlich dein Ding!" - dem Ebook, das dich dazu inspirieren und ermutigen wird, dein volles Potenzial zu entdecken und zu entfalten. In einer Welt, die oft von äußeren Ablenkungen, gesellschaftlichen Erwartungen und dem ständigen Vergleich mit anderen geprägt ist, ist es wichtiger denn je, den Fokus zurück auf dich selbst zu lenken.

Dieses Ebook ist ein praktischer Leitfaden, der dich auf eine transformative Reise mitnehmen wird. Es wurde entwickelt, um dir dabei zu helfen, deine eigenen Ziele, Träume und Leidenschaften zu identifizieren und diese in die Tat umzusetzen. Ob du dich beruflich neu orientieren möchtest, persönliche Ziele erreichen willst oder einfach nur nach einem erfüllteren Leben strebst - dieses Buch bietet dir wertvolle Werkzeuge und Erkenntnisse, um deine Reise zu einem selbstbestimmten Leben zu beginnen.

In den kommenden Kapiteln wirst du verschiedene Aspekte deiner Persönlichkeit und deines Lebens analysieren, um Klarheit und Fokus zu gewinnen. Du wirst lernen, wie du Hindernisse überwinden und negative Denkmuster durchbrechen kannst, um positive Veränderungen zu bewirken. Du wirst Entdeckungen über dich selbst machen und neue Wege finden, um deine Stärken zu nutzen und Herausforderungen anzunehmen.

Dieses Ebook basiert auf bewährten Methoden aus den Bereichen Coaching, Psychologie und persönlicher Entwicklung. Es enthält praktische Übungen, Reflexionsfragen und inspirierende Geschichten, die dich motivieren werden, aktiv zu werden und die Verantwortung für dein eigenes Leben zu übernehmen. Es geht darum, dir selbst zu vertrauen und deine eigene innere Stimme zu hören, um deine Ziele mit Leidenschaft und Ausdauer zu verfolgen.

Egal, wo du gerade stehst oder welche Träume du hast, "Fokus auf dich selbst: Mach endlich dein Ding!" wird dir helfen, Klarheit zu gewinnen und die notwendigen Schritte zu

unternehmen, um deine Visionen zu verwirklichen. Es ist an der Zeit, deine eigene Geschichte zu schreiben und das Leben zu führen, von dem du schon immer geträumt hast. Bist du bereit, den ersten Schritt zu gehen? Dann lass uns gemeinsam diese aufregende Reise beginnen!

Selbstreflexion: Schwächen akzeptieren und Stärken wertschätzen

Einer der Schlüssel zu einem gesunden Selbstvertrauen liegt darin, zu akzeptieren, dass wir sowohl natürliche Stärken als auch Schwächen haben.

Selbstreflexion ist ein Akt der Selbsteinschätzung. Dabei geht es in der Regel nicht um das, was man materiell besitzt, sondern um bestimmte Eigenschaften und Stärken des eigenen Charakters. Ebenso ist Selbstreflexion unvollständig, wenn man sich nicht mit seinen Schwächen auseinandersetzt.

Körperliche Mängel können „einzigartige Schönheitsmerkmale“ sein

In der Unterhaltungsindustrie ist es eine bekannte Tatsache, dass angehende Models oder Prominente oft dazu angehalten werden, bestimmte Merkmale ihres Aussehens chirurgisch entfernen oder „korrigieren“ zu lassen, um bei Fotoshootings die Illusion eines „makellosen“ Aussehens zu vermitteln.

Zu den häufigsten „Fehlern“ gehören lockiges, welliges oder „krauses“ Haar, eine Zahnlücke, zu viele Sommersprossen, zu dicke oder zu dünne Lippen, ein Leberfleck oder ein Muttermal.

Und doch ändern sich die Schönheitsstandards im Laufe der Jahre. Ein Teenager-Model mit einer offensichtlichen Zahnlücke zwischen den Vorderzähnen erschien Ende der 90er Jahre auf den Titelseiten der Zeitschrift Seventeen. Mädchen mit welligem oder lockigem Haar können ihre Locken auf bestimmte Weise schneiden oder stylen lassen, um Fülle und Volumen zu reduzieren.

Sommersprossen gelten heutzutage auf dem Gesicht eines Models als „erwünscht“, so dass spezielle Kosmetika verkauft werden, mit denen man sich künstliche Sommersprossen auf die Wangen tupfen kann.

Bestimmte Lippenstiftfarben können auf zu dicke Lippen aufgetragen werden, um deren Volumen zu verringern, und eine Schicht Lipgloss und Lippenstift kann dünne Lippen dicker erscheinen lassen.

Nach angemessener Selbstreflexion einen offensichtlichen Mangel an Statur oder Talent ausgleichen.

Amateursportler können davon abgehalten werden, eine professionelle Sportkarriere anzustreben, wenn sie kleiner sind als der durchschnittliche Basketballspieler oder wenn sie nicht so kräftig und beweglich sind wie der durchschnittliche Fußball- oder Eishockeyspieler.

Aber wenn ein Nachwuchssportler nach viel Selbstreflexion fest entschlossen ist, es zu den Profis zu schaffen, muss er die Anforderungen der gewählten Sportart akzeptieren. Während man beispielsweise wenig oder gar nichts tun kann, um seine Körpergröße zu erhöhen, kann

ein Sportler entweder an Masse zulegen, um seine Abwehrfähigkeiten zu verbessern, oder schlanker werden, um sich schneller bewegen zu können.

Kurz- und langfristige Planung als Ergebnis von Selbstreflexion

Selbstreflexion ist entscheidend, wenn es darum geht, kluge berufliche Entscheidungen zu treffen. Um sich für die meisten Berufe zu qualifizieren, muss man viel Zeit, Mühe und Geld investieren, was bedeutet, dass man sowohl kurz- als auch langfristig planen muss.

Heutzutage ist der Besuch eines Colleges oder einer Universität nicht mehr die einzige Möglichkeit, die sich den Schülern nach dem Schulabschluss bietet. Es hat sich immer wieder gezeigt, dass qualifizierte Arbeitskräfte im Handwerk konkurrenzfähig bezahlt werden.

Es gibt auch Bereiche wie Dateneingabe, medizinische Buchhaltung, juristische Transkription, Friseurhandwerk und Grafikdesign, für die keine jahrelange Ausbildung erforderlich ist. In der Regel reicht ein Zertifikat oder Diplom nach einem sechsmonatigen oder einjährigen Kurs aus, um eine Stelle zu bekommen.

Angesichts der vielen Wahlmöglichkeiten muss ein Schulabgänger sehr ehrlich sein, wenn er über sich selbst nachdenkt. Er kann seine natürlichen Neigungen oder Interessen als „Stärken“ und seine mangelnde Begabung in bestimmten Bereichen als „Schwächen“ einstufen.

Wie wichtig ist Selbstreflexion für den Erfolg einer Gruppe/eines Teams?

Wenn Sie einen Beitrag zu Ihrem Team am Arbeitsplatz, in Ihrer kirchlichen oder religiösen Organisation oder auch in Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit leisten wollen, müssen Sie ausreichend Selbstreflexion betrieben haben, um zu wissen, wie Sie Ihren Beitrag leisten können.

Zur Veranschaulichung: In einer Gruppe von sieben Personen, die eine Marketingstrategie für eine Marke entwickeln soll, könnte eine Person als Projektleiter fungieren und Aufgaben delegieren, während eine andere Person Fakten oder Daten sammelt.

Ein weiteres Mitglied kann Besprechungen einberufen und organisieren, und einer kann auf seinem Laptop tippen, während andere eine Vielzahl von Ideen einbringen.

Umgang mit Kritik am Arbeitsplatz - 3 Wege zur Bewältigung von Kritik am Arbeitsplatz

Es ist eine Sache, zu Hause von der eigenen Mutter kritisiert zu werden, aber eine ganz andere, es von den Menschen zu hören, mit denen man zusammenarbeitet. Sie wollen also wissen, wie man mit Kritik am Arbeitsplatz umgeht?

Kritik ist, wie Sie wissen, nicht dasselbe wie Verunglimpfung. Kritik ist nichts, was persönlich gegen Sie verwendet werden kann. Sie ist nicht dazu gedacht, Sie oder Ihre Arbeit herabzusetzen. Wenn Sie wissen möchten, wie Sie mit Kritik am Arbeitsplatz umgehen können, lesen Sie weiter.

1) Nehmen Sie es gelassen.

Versuchen Sie nach Möglichkeit, Ihre Gefühle nicht zu verwirren. Emotionen haben am Arbeitsplatz nichts zu suchen. Wenn Sie jemand kritisiert, denken Sie nicht, dass diese Person einen Rachefeldzug gegen Sie führt.

Sie befinden sich nicht in einer täglichen Seifenoper. Sie befinden sich in einem professionellen Umfeld, in dem die Qualität Ihrer Arbeit regelmäßig überprüft wird. Kritik ist normal. Sie verstehen sie. Andere erfahren sie auch. Am besten ist es, wenn Sie Ihre Emotionen im Zaum halten und Ihren Willen zum Erfolg in die Tat umsetzen.

2) Sich selbst verbessern.

Der beste Weg, mit Kritik am Arbeitsplatz umzugehen, ist, sich selbst zu verbessern. Jetzt, wo du wie ein Profi denkst, kannst du die Kritik besser einordnen.

Worum geht es? Ist etwas Wahres dran? Wie kann man sich verbessern? Wenn Ihnen jemand sagt, dass Ihr Schreibtisch zu unordentlich ist, warum räumen Sie ihn dann nicht sofort auf? Wenn Ihnen jemand sagt, dass Sie zu langsam arbeiten, überlegen Sie, was Sie tun können, um schneller zu werden (natürlich ohne Qualitätseinbußen).

Denken Sie daran, dass Kritik nicht dazu da ist, Sie niederzumachen, sondern Ihnen helfen soll, ein besserer Mensch zu werden. Es ist sicherlich eine bittere Pille, die Sie schlucken müssen, aber sie wird Ihnen langfristig helfen, besser zu werden.

3) Sei dankbar.

Nachdem du die Kritik in Betracht gezogen hast, ist der nächste Punkt auf der Liste, dankbar zu sein. Und wofür? Nun, weil sich jemand die Mühe gemacht hat, einem zu sagen, was man falsch macht oder woran man arbeiten muss.

Selbst wenn diese Person anderer Meinung ist, hat sie einem zumindest die Möglichkeit gegeben, sich weiterzuentwickeln. Es mag verrückt klingen, wenn man lernt, mit Kritik am Arbeitsplatz dankbar umzugehen, aber es bringt einen wirklich in die richtige Stimmung. Wenn man dankbar ist, ist man weniger anfällig für Ärger und Frustration.

Zu lernen, wie man mit Kritik am Arbeitsplatz umgeht, ist für jeden wertvoll, der gute Beziehungen zu seinen Mitarbeitern aufbauen möchte.

Sie können nicht jedes Mal in die Luft gehen, wenn jemand etwas zu Ihnen oder über Sie sagt. Seien Sie stark genug, Kritik zu akzeptieren, sie zu nutzen, um sich zu verbessern, und dankbar zu sein.

Angst vor dem Versagen - oder vor dem Erfolg?

Es klingt verrückt zu glauben, dass jemand, der sagt, er wolle erfolgreich sein, Angst vor Erfolg hat. Aber es ist öfter der Fall, als man denkt, und es ist eine Angst, die nicht nur versteckt ist, sondern auch äußerst effektiv jeden sabotiert, der finanzielle Freiheit anstrebt.

Finanzielle Freiheit stellt Sie ins Rampenlicht Ihrer Familie, Freunde und Kollegen. Noch vor einem Monat ging es Ihnen wie ihnen: Sie kämpften darum, Ihre Rechnungen zu bezahlen, fragten sich, wie sicher Ihr Job ist, und versuchten, etwas Geld für die Ausbildung Ihrer Kinder beiseite zu legen. Aber jetzt haben Sie das Geheimnis gefunden und Sie haben eine Chance auf Erfolg. Und man weiß, dass es ihnen nicht gefallen wird.

Man kann die Kommentare schon fast hören: Du bist ein Verräter ... du hast dich verkauft ... du musst etwas Unredliches tun ... du stehst über dir selbst. Und im nächsten Moment drehen sie dir auf der Straße den Rücken zu. Man beginnt sich zu fragen, ob die finanzielle Freiheit es wirklich wert ist, wenn sie all diese Seitenblicke und bösen Kommentare mit sich bringt.

Aber halten Sie einen Moment inne und denken Sie nach: Wissen Sie wirklich, dass sie das denken und sagen werden, oder nehmen Sie es nur an? Woher wissen Sie das? Haben Sie schon Gespräche geführt, in denen diese Einstellung zum Ausdruck kam? Wenn Ihr Ziel finanzielle Freiheit ist, können Sie es sich nicht leisten, dass Ihnen solche Gedanken in die Quere kommen:

Fakten oder Fiktion?

Sind das die wirklichen Meinungen Ihrer Freunde und Familie oder nur Ihre eigenen? Sie müssen den Leuten nicht von Ihren Plänen erzählen, um ihre Meinung zu erfahren; es ist sogar besser, es nicht zu tun, da Sie sich sonst verteidigen könnten, was Ihre Motivation und Ihr Engagement beeinträchtigen würde. Beginnen Sie ein Gespräch über jemanden, den Sie kennen, der finanziell besser gestellt ist als Sie und dem es im Moment besser geht, und sehen Sie, welche Reaktionen Sie erhalten. Führen Sie das Gespräch nicht: Sie müssen echte Meinungen hören, ohne sich zu fragen, ob die Person auf Ihren Hinweis reagiert hat.

Wenn Sie merken, dass Sie es mit Menschen zu tun haben, deren Verhalten Sie wahrscheinlich fertig machen wird, müssen Sie einige Entscheidungen treffen. Sie können sich dafür entscheiden, Ihre derzeitigen Freunde und Bekannten zu wechseln und sie durch andere zu ersetzen, deren Gedanken und Worte das widerspiegeln, was Sie erreichen wollen, und nicht das, was Sie gerade sind.

Wenn Sie sich mit motivierten und erfolgsorientierten Menschen umgeben, werden Sie deren Einstellung schnell übernehmen.

Man kann seine Familie nicht ändern.

Hier wird es etwas schwieriger. Bei einigen Familienmitgliedern werden Sie auf tief verwurzelte Einstellungen und Vorurteile stoßen. Es hat wenig Sinn, zu versuchen, sie zu ändern: Sie werden wahrscheinlich scheitern und Ihr eigenes Selbstvertrauen untergraben. Am besten ist es, das Thema gar nicht erst anzusprechen.

Behalten Sie Ihre Wünsche und Pläne für sich, bleiben Sie vage und wechseln Sie schnell das Thema, wenn Ihnen konkrete Fragen gestellt werden. Wenn Sie finanzielle Freiheit erreicht haben, können Sie darüber sprechen, aber bis Sie auf dem richtigen Weg sind, brauchen Sie keine einflussreichen Menschen, die Ihren Erfolg untergraben.

Und wenn der Partner das Problem ist?

In Think and Grow Rich (Denken und Wachsen) erklärte Napoleon Hill, wie wichtig die Unterstützung der wichtigsten Person auf dem Weg zur finanziellen Freiheit ist. Hill führte das Beispiel von Henry Ford an, dessen Frau ihn ermutigte und unterstützte, als er begann, sich mit Menschen zusammenzutun, die viel gebildeter und selbstbewusster waren als er. Was können Sie tun, wenn Ihr Partner die wenig hilfreichen Bemerkungen macht?

Vielleicht hat Ihr Partner Angst vor den Veränderungen in Ihrem Lebensstil, die Ihr Erfolg mit sich bringen würde, z. B. ein Umzug in eine wohlhabendere Gegend, in der Sie niemanden kennen, auf den Sie herabsehen könnten, oder ein viel größerer Haushalt als jetzt. Wenn Sie es gewohnt sind, sich Sorgen um die Bezahlung Ihrer Rechnungen zu machen, kann es sehr beängstigend sein, darüber nachzudenken, noch größere Verpflichtungen einzugehen. Vielleicht glaubt Ihr Partner noch nicht an Ihren Erfolg und sieht nur die Gefahren und Fallstricke, nicht aber die Chancen.

Man muss diese Dinge offen ansprechen und diskutieren. Wenn Sie Ihre Feinde kennen, können Sie gemeinsam an ihrer Überwindung arbeiten. Untersuchen Sie jedes Problem, das Sie entdecken, und entscheiden Sie, was jeder von Ihnen tun kann, um es zu lösen. Vielleicht müssen Sie die Dinge besser erklären oder Ihren Partner besser darüber informieren, was Sie tun. Vielleicht müssen Sie ihm weniger sagen, damit er sich weniger Sorgen macht.

Vielleicht müssen Sie sich eine sehr schwierige Frage stellen: Wenn Sie wirklich finanzielle Freiheit wollen und Ihr Partner Angst davor hat, sollten Sie dann Ihre Beziehung fortsetzen? Wenn alles andere fehlgeschlagen ist, Sie aber nicht bereit sind, diese Möglichkeit in Betracht zu ziehen, werden Sie Ihr Ziel der finanziellen Freiheit wahrscheinlich bald aufgeben.

Die Leseprobe endet hier. Das vollständige E-Book findest du auf der Seite des Titels.

https://erfolgsebook.com

Mehr vom Andreas Schulze Verlag: https://erfolgsebook.com