

Viel geschafft!

(Fehlerüberwindung)



Auf unseren erzielten Erfolgen fußt unser ganzes Selbstbewusstsein. Dies ist ein Zusammenhang der wissenschaftlich gut untersucht und belegt ist. Sicher kennen auch Sie dies. Da wo Sie erfolgreich waren, dort fühlen Sie sich sicher.

Frage: Wie hängen Fehler und Erfolge zusammen?

Es ist wichtig sich immer wieder einmal vor Augen zu führen, was Sie bereits geschafft haben. Sicher ist dabei nicht immer alles sofort glatt gelaufen, aber insgesamt war es erfolgreich.

Selbstverständlich gab es die eine oder andere Situation, als Sie Hindernisse erfolgreich mussten.

Mit solchen Situationen sollten Sie sich noch einmal befassen. Daraus können Sie viele hilfreiche Rückschlüsse für den Umgang mit zukünftigen Herausforderungen ziehen. Es lohnt sich, die folgenden Fragen einmal durchzugehen.



Fehler-Überwindung

(Anwendungshilfe)

Wo waren Sie schon einmal besonders mutig?

Wie waren Ihre Gefühle im Vorfeld?

Was hat Sie bewegt, das zu tun?

Wie hat sich das angefühlt, als Sie die Hürde überwunden hatten?

Was können Sie aus diesem Vorgang für zukünftige Herausforderungen mitnehmen?

