

Frauen in Führung Online-Training 09/20

"Eigenlob stimmt!"

Tag 1: Finde deine Selbstsabotage-Fallen heraus!

Heute geht es um deine Selbstsabotage-Fallen in Bezug auf deine eigene Selbstdarstellung beim NETZWERKEN oder im Arbeitsalltag gegenüber Anderen.

Schau dir dazu entweder das Video zu Tag 1 oder höre die Podcastfolge 62 vom Kommunikationstango an. In beiden teile ich die 5 schlimmsten Selbstsabotage-Fallen.

Reflektiere für dich, welche Selbstsabotage-Fallen du immer wieder machst. Schreibe sie dir situationsbedingt so konkret wie möglich auf

ERFOLGSTIPP:

Sei bei der Übung liebevoll mit dir. Es geht nicht darum, dich abzuwerten, sondern es dir bewusst zu machen.



dr.anjaschäfer