

MUT & VERÄNDERUNG

Hole Deine Angst ins Boot

Mut hat ja oft einen Gegenspieler, die Angst. Doch anstatt sie zu bekämpfen, könnten wir sie doch auch ins innere Team holen. Was möchte sie Dir sagen? Vor was möchte Deine Angst Dich bewahren? Welche Hinweise möchte sie Dir geben?

Neuland-Vermessung

Veränderungen scheuen wir, weil wir den Ist-Zustand zwar nicht schätzen, aber sehr gut kennen. Das Neue ist ungewiss. Welche Information aus der Zukunft hättest Du gerne, damit Dir der Schritt aufs Neuland leichter fallen würde?

» Die Angst vor dem Sprung ist kleiner
als das Gefühl von Stolz und Erfüllung danach. «

Welchen inneren Angstgegner hättest Du
am Jahresende gerne bezwungen?

Welcher mutige Schritt würde
Dich mit Stolz erfüllen, wenn Du ihn
2018 endlich getan hättest?

