

Drei FFF

Kennen Sie die drei größten emotionalen Wachstumsbremsen – FFF?
Nein, dann überlegen Sie mal, ob diese 3 F auch bei Ihnen vorkommen...

Feigheit: Wir nehmen Dinge nicht in Angriff, weil wir nicht wissen, was uns erwartet. Die Chancen stehen 50/50, dass es etwas Negatives ist. Also belassen wir es so, wie wir es kennen. Da wissen wir, was wir haben. Statt mutig zu sein, sind wir feige.

Faulheit: Wir fangen nicht an, etwas zu verändern, weil wir schlicht zu faul dazu sind. Auf dem Sofa ist es doch so bequem, warum sollte ich mich bewegen. Ein paar Kilo mehr schaden ja nicht wirklich. Und überhaupt, habe ich keine Lust. Statt agil zu sein, sind wir faul.

Fixierung: Wir sind halt so, wie wir sind. Hat Mutti auch schon immer gesagt und ab einem bestimmten Alter kann man sich sowieso nicht mehr ändern. Meine Wesensmerkmale will ich nicht in Frage stellen, nicht prüfen und so auch nicht verändern. Statt offen zu sein, sind wir festgelegt.

Oft ist ein F, manchmal (meist) sogar alle drei die Bremse für unsere Veränderung und unser Wachstum. Oder sehen Sie das anders?