



Coachingmaterial

Sensus

Menschen mit einer starken Ausprägung in diesem Bereich wirken empfindsam, einfühlsam und achtsam. Sie gewinnen andere Menschen durch Rücksicht, Hingabe und Zuversicht. So schaffen

Sie über Sympathie und Vertrauen eine Atmosphäre des Wohlfühlens.



Coachingmaterial

Innere Überzeugung

Sensus

Diese Person wirkt so, als wäre sie von sehr klaren und unumstößlichen Werten und Glaubens-sätzen getragen. Sie ist meistens daran zu erkennen, dass sie ihre grundsätzlich Maßstäbe und Werte anderen Menschen auch bei allen möglichen und unmöglichen Gelegenheiten mitteilt.

Hemmungen halten Menschen davon ab, anderen Menschen ihre Ideen, Einfälle und Eingebungen mitzuteilen. Hemmungen entstehen vor allem durch bestimmte Gedanken oder Bilder im Kopf. Hier einmal genauer hinzuschauen, kann uns dabei helfen, unsere Hemmungen Stück für Stück abzubauen, dadurch stärker an die Qualität der eigenen Gedanken zu glauben und schließlich die Bereitschaft zu entwickeln, sie vermehrt anderen auch mitzuteilen.

Ich habe Hemmungen, wenn...

--

3 Dinge, von denen mich meine Hemmungen bisher abgehalten haben:

3 Sachen, die mir peinlich sind:

Was ich dabei ganz konkret befürchte:

--

Andere Menschen denken von mir bestimmt:

Woher ich das zu wissen glaube:

--	--

Was alles möglich wäre, wenn ich weniger Hemmungen hätte:

--

Drei konkrete Schritte, um meine Hemmungen abzubauen:

Wählen Sie hier ruhig winzig kleine Schritte - entscheidend ist vor allem, überhaupt etwas zu tun und kleine Fortschritte zu registrieren.