



Deutsche Karriere Akademie

# 6 Prinzipien zur Veränderung falscher Glaubenssätze

## Vorwort

Im Namen der Deutschen Karriere Akademie möchten wir Sie zu dem Erwerb dieses E-Books beglückwünschen!

Sicherlich fragen Sie sich, was die Deutsche Karriere Akademie eigentlich ist und wobei diese Ihnen helfen kann. Die Deutsche Karriere Akademie ist ein neuartiges Weiterbildungsangebot speziell für den Bereich Karriere und hat zum Ziel, die berufliche Karriere von Erfolgsmenschen auf das nächste Level zu heben. Mit einem innovativen und einzigartigen Mehr-Ebenen-Ansatz kombiniert die Deutsche Karriere Akademie die Bereiche Persönlichkeit (Mindset, mentale Einstellung und Emotionen) und Technik (Strategien und Systeme) für einen nachhaltigen Karriereerfolg und mehr Lebensfreude.

Als Marke der SAPPLIER GmbH profitiert die Deutsche Karriere Akademie dabei von den neusten Erkenntnissen einer hochspezialisierten Personaldienstleistung und gibt die erhaltenen Informationen für mehr Erfolg und Freude im Berufsleben sofort an Ihre Erfolgsfreunde weiter.

Die Vision der Deutschen Karriere Akademie ist es, Menschen die Möglichkeit zu geben, Ihre Karriere und Ihren Erfolg selbst zu bestimmen und beeinflussen zu können.

Packen Sie es also an und handeln Sie! Wir sind uns sicher: Karriere kann jeder machen, der es wirklich will!



**Alex Gorr**  
Karriere Technik-Coach



**Dennis Grundentaler**  
Karriere Persönlichkeits-Coach



## Inhalt

1. Gehen Sie Schritt für Schritt vor .....	4
2. Bestimmen Sie den Glaubenssatz .....	4
3. Bestimmen Sie Ihr „Warum“ .....	5
4. Hinterfragen Sie den Glaubenssatz .....	5
5. Finden Sie einen neuen Glaubenssatz .....	6
6. Stärken Sie den neuen Glaubenssatz .....	6



## 1. Gehen Sie bei der Veränderung der Glaubenssätze Schritt für Schritt vor und versuchen Sie auf keinen Fall mehrere Glaubenssätze auf einmal zu verändern

Ein Glaubenssatz hat sich über Jahre entwickelt und basiert auf bestimmten Emotionen und Erinnerungen

- » *Wir können nicht einfach nebenher entscheiden, dass wir die letzten 12 Jahre so gedacht haben und nun auf einmal anders denken wollen*
- » *Für eine langfristige Veränderung müssen wir uns tiefgehend mit dem alten Glaubenssatz und den damit verbundenen Emotionen und Erinnerungen beschäftigen, um diese dann zu neutralisieren*

## 2. Bestimmen Sie, welchen Glaubenssatz Sie verändern wollen

Mögliche falsche Glaubenssätze, die es zu verändern gilt:

- » *Um reich zu werden, braucht man Glück*
- » *Reiche Menschen sind geizig*
- » *Geld ist die Wurzel allen Übels*
- » *Ich bin schon zu alt, um mich noch zu verändern*
- » *Andere Menschen wollen mir nur Böses*
- » *Ich werde es eh nicht schaffen*
- » *Karriere ist nichts für mich*
- » *Ich bin zu schlecht für den nächsten Karriereschritt*



### 3. Fragen Sie sich, warum Sie den Glaubenssatz verändern wollen

Hierbei ist es wichtig, dass Sie eine handfeste Erklärung haben, weshalb Sie diesen Glaubenssatz nicht mehr verfolgen wollen

Sie müssen fest entschlossen sein, diesen zu verändern

Notieren Sie sich Ihr „Warum“, damit Sie es sich immer wieder vor Augen führen können, wenn Sie einen „Rückfall“ haben

### 4. Schauen Sie sich an, wie Glaubenssätze entstehen und hinterfragen Sie Ihren ausgewählten Glaubenssatz

Stellen Sie sich einen festen Glaubenssatz als eine Tischplatte mit sehr vielen Tischbeinen vor. Die Tischbeine symbolisieren die Erfahrungen, die Sie gemacht haben, die diesen Glaubenssatz verstärken

Stellen Sie diese Tischbeine (Erfahrungen) Ihres zu verändernden Glaubenssatzes (bspw. „Ich bin zu schlecht für den nächsten Karriereschritt“) heraus

Hinterfragen Sie den Glaubenssatz, indem Sie die Erfahrungen, die diesen stützen, kritisch hinterfragen:

- » *Ist es wirklich so, dass Ich zu schlecht für den nächsten Karriereschritt bin?*
- » *Wer sagt, dass es so ist?*
- » *Habe ich in diesem Bereich bisher keinerlei Erfolge gesammelt?*
- » *Habe ich noch nie Lob für meine Leistungen im Job erhalten?*
- » *Usw.*

Sie müssen erkennen, dass Sie auch andere, gegensätzliche Erfahrungen gemacht haben und diese positiven Erfahrungen werden Ihre ersten Tischbeine für Ihren neuen Glaubenssatz



## 5. Überlegen Sie sich, wie der neue Glaubenssatz, den Sie integrieren wollen, stattdessen lauten soll

Bleiben wir beim o.g. Beispiel so könnte er heißen: „Ich bin gut genug bzw. bereit für den nächsten Karriereschritt!“

Tauschen Sie den alten Glaubenssatz gegen den neuen aus und legen Sie Ihren Fokus ausschließlich darauf, den neuen Glaubenssatz zu bestätigen

Auf Ereignisse, die diesen neuen Glaubenssatz nicht bestätigen, achten Sie einfach nicht und geben diesen auch keinerlei Gewicht

## 6. Stärken Sie den neuen Glaubenssatz

Wenn Sie mit dem neuen Glaubenssatz auf andere Leute zugehen, dann werden Sie anders auftreten und völlig andere Erfahrungen machen

Es werden immer mehr o.g. Tischbeine dazukommen, die Ihre Tischplatte, also Ihren Glaubenssatz verstärken

» *Ganz von alleine, werden dadurch nach und nach die Erfahrungen des alten Glaubenssatzes in Vergessenheit geraten und der alte Glaubenssatz verschwindet*



## Nachwort

Wir sind uns sicher, dass Sie aus diesem E-Book viele wertvolle Erkenntnisse gewinnen konnten und würden uns freuen, Sie auch weiterhin bei Ihrem Wachstum und Ihrer Karriere zu unterstützen.

Was würde der nächste Karriereschritt eigentlich für Sie bedeuten? Wieviel mehr Gehalt oder/und Lebensqualität würden Sie gewinnen? Was wären Sie bereit dafür zu investieren? Wenn Sie sich darüber schon einmal Gedanken gemacht haben, dann sollten Sie sich unser Karriere-Reife Set auf keinen Fall entgehen lassen!

Das Karriere-Reife Set, der Deutschen Karriere Akademie zeigt Ihnen einfach und verständlich Lösungsansätze, um beruflich erfolgreich zu werden und aktiv auch die weiteren Lebensbereiche positiv zu beeinflussen.

Ganz konkret werden u.a. folgende Punkte geklärt:

- » Welche falschen Glaubenssätze sind vorherrschend in Bezug auf Job und Karriere und verhindern den Erfolg von Menschen?
- » Wie wichtig Ihr Mindset für Ihre Karriere ist und was Worte und Gedanken anrichten können?
- » Gibt es die berufliche Traumposition?
- » Wie wichtig ist Zielsetzung und welche Unterteilungen sind möglich und ratsam?
- » Wie finden Sie heraus, ob Ihr Job Sie wirklich ausfüllt?

- » Welche Bewerbungskanäle gibt es und welcher ist für Sie der Erfolgversprechendste?
- » Wie gehen Sie am besten mit Problemen und Misserfolgen um?
- » Wie sollte der optimale Lebenslauf gestaltet werden?
- » Wie bereiten Sie sich optimal auf Vorstellungsgespräche vor?
- » Wie finden Sie anhand Ihrer eigenen Persönlichkeitsanalyse heraus, welche Tätigkeit bzw. Job zu Ihnen passt?
- » Wie werden Sie zu einer Führungspersönlichkeit?

Zu diesen und vielen anderen Fragen erhalten Sie im Rahmen des Karriere-Reife Sets Antworten. Daneben werden Ihnen auch konkrete Vorlagen und Strategien an die Hand gegeben, die Sie sofort für sich und Ihre Karriere nutzen können.

Zudem haben Sie durch den Erwerb des Karriere-Reife Sets die Möglichkeit kostenlos den Code für eine Persönlichkeits- / Insights MDI® Analyse anzufordern. Allein der Wert dieser Analyse beläuft sich auf 315€!

**Nutzen Sie Ihre Chance und katapultieren Sie Ihre Karriere auf das nächste Level!**

[www.deutsche-karriere-akademie.de/karriere-reife-set](http://www.deutsche-karriere-akademie.de/karriere-reife-set)



Deutsche Karriere Akademie