



5 Tipps für ein starkes Mindset für werdende Workingmoms

Das MINDSET ist gerade in aller Munde. Doch auch wenn der Hype um die Gedanken für erfahrene "Mindsetter" gerade etwas zu viel sein mag, sehe ich in meiner Arbeit mit den Job-Wiedereinstiegsmmas oft genug, wie wichtig ein starkes und bewusstes Mindset ist. Denn: Mindset macht selbstbewusst, und Selbstbewusstsein macht erfolgreich. Ich habe Dir die 6 gängigsten transformierenden Glaubenssätze zur Stärkung Deines Mindsets aus meiner Arbeit zusammengefasst:

- ❖ Du bist bereit, dich der Herausforderung zu stellen? Ja, du weißt, dass es eine große Umstellung und vielleicht nicht unbedingt leicht wird, aber Du bist Dir sicher, dass Du es schaffen wirst.
- ❖ Du hast dein Mindset voll im Griff. Du weißt, was Du wirklich, wirklich willst, gehst aber auf keinen Fall verbissen sondern positiv und flexibel an die Sache ran.
- ❖ Deine Abwehrkräfte sind gestärkt. Du hast dich auf die gängigsten Kommentare von Rabenmutter über Hobbyfachkraft bis zum Kollegenschwein eingestellt und kannst sie positiv und individuell entkräften.
- ❖ Du hast ein starkes Netz(werk). Auf die Unterstützung Deines Partners, das Strahlen Deines Kindes und auf den Support Deines Freundeskreises und Deiner Familie kannst Du Dich genauso verlassen wie auf Deine Kollegen und Deine virtuelle Community.
- ❖ Du bist selbstbewusst und voller Energie. Was die anderen denken, kannst Du abwägen. Was Dein Arbeitgeber mit Dir und Deinem Job darf und was nicht, ist Dir klar und bewusst.

In meinem Online-Kurs gehen wir übrigens all diese und noch sehr viele Themen individuell an. Schau doch Mal auf meiner Homepage vorbei – auf

www.workwifebalance.de oder schreibe mir an mail@workwifebalance.de! 😊

Ich freue mich auf Dich!

Deine Julia