

Wie mental gut gerüstet ins Ref gehen?

Beitrag von „Laura83“ vom 5. Dezember 2008 18:45

Man sollte meiner Meinung nach nicht zu viel Angst im Vorfeld aufbauen. Man kann auch recht nette Seminarleiter, eine angenehme Schule usw., abbekommen! Man liest ja mehr von den schlimmen Fällen, aber es gibt auch viele Gegenbeispiele. Ich finde es aber schon gut, wenn man "gewappnet" ins Ref geht, also ein bißchen etwas von möglichen Problemen weiß.

Sicher muss jeder (auch wenn er oder sie seine Sache insgesamt gut macht) auch mit Kritik umgehen. Manche Kritik ist durchaus gerechtfertigt, dann kann man ja was dran machen. Und wenn es mal zu kleinlich und bedrückend wird, dann hilft es, auch mal auf andere Gedanken zu kommen. Da kannst du ja mal drüber nachdenken, was/wer vielleicht für Dich Dein Rettungsanker ist.