

VOL. 22 2023 | BY CLAUDIA GRIMM ACADEMY

QUEENS

MAGAZIN

MIT SWANTJE ALLMERS

VERSAGENSANGST ALS
SCHUTZMECHANISMUS

MUTTIG

MIT DEM ERSTEN
SCHRITT ANFANGEN

SEIN UND IN DIE
SICHTBARKEIT GEHEN

Inhalt



02 | VERSAGENSANGST ALS SCHUTZMECHANISMUS

"ICH HABE FÜR MICH VERSTANDEN, DASS ANGST – UND IM BERUF VOR ALLEM VERSAGENSANGST – EIN SCHUTZMECHANISMUS IST"

DER MECHANISMUS HILFT MIR, NICHT DEN RESPEKT ZU VERLIEREN VOR DEM, WAS ICH TUE.



03 | MIT DEM ERSTEN SCHRITT ANFANGEN

"IN EINFACHEN NÄCHSTEN SCHRITTEN DENKEN."



ANGST ALS SCHUTZ MECHAN ISMUS


LIEBE SWANTJE, WAS BEDEUTET MUT FÜR DICH?

MUT HEISST FÜR MICH, DASS MAN SICH NICHT ALLZU SEHR VON ANGST BEEINDRUCKEN LÄSST. UND SCHON GAR NICHT VON IHR ABHALTEN LÄSST, DIE EIGENEN PLÄNE UND ZIELE ZU VERFOLGEN.

ICH HABE FÜR MICH VERSTANDEN, DASS ANGST – UND IM BERUF VOR ALLEM VERSAGENSANGST – EIN SCHUTZMECHANISMUS IST. NICHT MEHR UND NICHT WENIGER.

DER MECHANISMUS HILFT MIR, NICHT DEN RESPEKT ZU VERLIEREN VOR DEM, WAS ICH TUE. ABER ER VERHINDERT NICHT (MEHR), DASS ICH SICHTBAR BIN, MEINE MEINUNG TEILE UND DAS MACHE, WAS ICH FÜR RICHTIG HALTE.

VON AUSSEN BETRACHTET, SIEHT EINIGES OFT MUTIGER AUS, ALS ES SICH IN DEM MOMENT ANFÜHLT. ABER MAN BRAUCHT SICH AUCH NICHT SELBST MUTIG ZU FÜHLEN, UM DENNOCH MUTIGE SACHEN ZU TUN.



“EIN TIPP, DER MIR HILFT,
DINGE ANZUGEHEN, DIE
MIR GROSS UND
HERAUSFORDERND
ERSCHEINEN: IN
EINFACHEN NÄCHSTEN
SCHRITTEN DENKEN. UND
DANN EINFACH MIT
EINEM ANFANGEN.”

– SWANTJE ALLMERS

Foto credit: Sanna Richter



SWANTJE ALLMERS

”MUT HEISST FÜR MICH, DASS MAN SICH NICHT ALLZU SEHR VON ANGST BEEINDRUCKEN LÄSST”

SWANTJE ALLMERS IST BESTSELLER-AUTORIN („ON THE WAY TO NEW WORK“), CEO UND GRÜNDERIN EINER NEW WORK-BERATUNG.

SIE IST AUSSERDEM EINE DER GEFRAGTESTEN STIMMEN ZUM THEMA HR UND ARBEITSWELT.

IN 2023 WURDE SIE ALS EINE DER 99 WICHTIGSTEN HR-STIMMEN AUSGEZEICHNET, ZU DEN **LINKEDIN DACH TOP 50** GEWÄHLT UND ERHIELT DEN **DRX AWARD** ALS HR-CONTENT EXPERTIN.

VON BUZZWORDS HÄLT SIE DENNOCH NICHTS.

IN IHREM ALLTAG ARBEITET SIE MIT ZAHLREICHEN UNTERNEHMEN, FÜHRUNGSKRÄFTEN UND MITARBEITER:INNEN ZUSAMMEN, UM DIE ARBEITSWELT VON MORGEN ZU GESTALTEN.

Impressum

Claudia Nicoleta Grimm
79258 Hartheim
Deutschland

E-Mail: mail[at]claudia-grimm.academy

USt. wird nicht ausgewiesen, da die Claudia Grimm Academy Kleinunternehmer im Sinne des UStG ist.

Plattform der EU-Kommission zur
Online-Streitbeilegung: <https://ec.europa.eu/odr>

Wir sind zur Teilnahme an einem
Streitbeilegungsverfahren vor einer
Verbraucherschlichtungsstelle weder verpflichtet noch bereit.

Verantwortliche/r i.S.d. § 18 Abs. 2 MStV:

Claudia Nicoleta Grimm
79258 Hartheim

Bildrechte von Swantje Allmers:

© Sebastian Fuchs

Urheberrecht

Die Claudia Grimm Academy ist bestrebt, in allen Veröffentlichungen des Queens Magazin die Urheberrechte der verwendeten Bilder zu beachten.

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.