

Wie man den inneren Kritiker zum Schweigen bringt

Selbstbewusst auftreten, sich großartig fühlen und in jeder Jobsituation einen souveränen Eindruck hinterlassen? Kein Problem: Ein neuer Ratgeber zeigt, wie es geht.

Woran scheitern Auftritte im Beruf, Jobinterviews und Verhandlungen? „Meistens am inneren Kritiker“, sagt Meike Müller. Die erfahrene Expertin für Auftrittstraining weiß, dass Fachkompetenz und Engagement allein nicht genügen, um berufliche Ziele zu erreichen. Wer erfolgreich sein will, muss sich auch selbstbewusst verkaufen können. Und genau das ist für viele Menschen ein Problem. Schuld daran ist ihr innerer Kritiker. „Jeder Mensch kennt diesen Advocatus Diaboli, der verurteilt und mit Begeisterung in Wunden bohrt“, erklärt Meike Müller. „Er schüchtert uns ein und erschüttert unser Selbstvertrauen. Täglich malträtiert er uns mit seinen kritischen und vernichtenden Sprüchen und schränkt unsere Leistungsfähigkeit ein.“ Wer sich von ihm befreien wolle, müsse selber aktiv werden – denn: „Er wird nie von alleine gehen!“ In ihrem Ratgeber **„Du bist großartig!“** bietet die Erfolgsautorin ein überzeugendes Übungsprogramm an, mit dem sich der innere Kritiker entlarven und austricksen lässt.

Als ersten Schritt fordert Meike Müller: „Geben Sie ihrem inneren Kritiker einen Namen.“ Sie nennt ihn in ihrem Buch „Icke“ – humorvoll gezeichnet vom dem Illustrator Stefan Kugel. Auf mehr als 180 unterhaltsam geschriebenen Seiten zeigt die Autorin Tipps und Tricks, mit denen „Icke“ geknebelt und zum Schweigen gebracht wird. Der Leser lernt dabei Schritt für Schritt, selbstbewusst aufzutreten, seine Stärken zielgerichtet für die eigenen Anliegen einzusetzen, motiviert Herausforderungen anzugehen und sich selbst die wohlverdiente Wertschätzung entgegenzubringen.



Du bist großartig! Den inneren Kritiker loswerden und im Job durchstarten

189 Seiten, Broschur
ISBN 978-3-86668-482-9
€ 14,95 / sFr 23,90

Meike Müller, ist Expertin für Auftrittstraining und erfolgreiche Sachbuchautorin. Sie lebt und arbeitet in Berlin. Zu ihren Kunden zählen Führungskräfte und zahlreiche Politiker. Als Referentin und Keynote Speaker tritt sie in Unternehmen und auf Veranstaltungen auf.
www.meikemueller.com

Stefan Kugel, Illustrator der „Icke“-Figur, hat bereits erfolgreiche Sachbücher bebildert und lebt in Frankfurt am Main.

Der **STARK Verlag** entwickelt seit über 30 Jahren Lernhilfen für Schüler sowie Unterrichtsmaterialien und Unterrichts-Konzepte für Lehrer fast aller Schulfächer. Im Herbst 2010 startete der STARK Verlag das Programmsegment "Beruf & Karriere" und bietet damit über den Schulabschluss hinaus die passenden Bücher an.

www.stark-verlag.de

Pressekontakt:

Meike Müller

Hölderlinstraße 12
14050 Berlin
Tel.: 030/26550068
Fax: 030/25464487
Funk: 0171/8360556
presse@meikemueller.com