

Deine Grenzen und Möglichkeiten mit GFK

Abhängig davon, wie voll deine Akkus sind, stehen dir unterschiedliche Strategien zur Verfügung.



Wenn es zu eng wird ist eine Auszeit ratsam, um nicht in Starre, Flucht oder Angriff zu verfallen.



Wer hat wofür Verantwortung

impact
INSTITUT.com

**Du bist nicht
verantwortlich für...**

**Du bist
verantwortlich für...**

**fremde
Handlungen,**

**Gefühle &
Bedürfnisse
von anderen,**

**äußere
Urteile**

**und Reaktionen
auf dein
Handeln.**



**deine
Absichten,**

Ziele,

Worte,

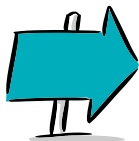
Gefühle,

Bedürfnisse,

Handlungen,

Urteile

**und deine
Reaktion auf
das, was
andere machen.**



**Du kannst nur Verantwortung
für etwas übernehmen,
worüber du Kontrolle hast**



Mehr Tipps zur GFK auf
www.impactinstitut.com