



# Erfolgsfaktor Persönlichkeit

*von und mit Janine Katharina Pötsch  
Expertin für für den ersten Eindruck und Soft Skills im Business*

**Beschleunigen Sie Ihre Karriere - ich unterstütze Sie bei der Entfaltung Ihres Potenzials und der Entwicklung zur besten Version Ihrer selbst!**

**Employer Branding mit Auftritt.Image.Wirkung - gemeinsam machen wir Ihre Führungskräfte, Young Professionals & Teams zu Markenbotschaftern**

## Auftritt.Image.Wirkung Tipps KW 03/2024

### Vom schüchternen Entlein zum stolzen und selbstbewussten Schwan – meine Reise der Verwandlung



Liebe Leserin und lieber Leser, liebe Kundin und lieber Kundin, liebe Gekonnt wirken Interessenten,

vielleicht kennen Sie das selbst, dass Sie ein Wissensriese sind und sich trotzdem nicht trauen, Ihr wahres Potenzial zu leben. Oder vielleicht geht es Ihnen wie mir in jungen Jahren, und Sie fühlen gewisse Minderwertigkeitskomplexe oder vergleichen sich unbewusst mit anderen.

Manchmal ist das Leben wie ein Märchen – voller Herausforderungen, Höhen und Tiefen und vor allem unerwarteter Transformationsmomente. In meiner eigenen Reise der Veränderung habe ich mich vom schüchternen Entlein zu einem selbstbewussten Schwan entwickelt. Diese Metamorphose war alles andere als einfach, aber ich habe gelernt, meine Flügel auszubreiten und mein wahres Potenzial zu entfalten.

Es war ein langer Weg voller Herausforderungen, aber auch voller Erkenntnisse und Erfolge.

Es gibt viele Menschen da draußen, die mit ihrem Selbstvertrauen kämpfen und nach Möglichkeiten suchen, sich zu entfalten. Indem ich meine eigene Geschichte teile, hoffe ich, anderen Mut zu machen und ihnen zu zeigen, dass Veränderung möglich ist.

Jeder von uns wird mit unterschiedlichen Eigenschaften und Fähigkeiten geboren. Doch manchmal fühlen wir uns unwohl in unserer Haut und stehen uns selbst im Weg.

Genau das war meine Situation, als ich beschloss, etwas zu ändern und mich auf eine Reise der persönlichen Entwicklung zu begeben.

*„Das Schlechte an den Minderwertigkeitskomplexen ist, dass die falschen Leute sie haben.“ (Jacques Tati)*

#### **Was kannst Du tun, wenn Du Dich als Außenseiter fühlst?**

Aufgewachsen im schönen Spreewald, wurde ich in der Schule zwar für meinen coolen Style beneidet und bewundert. Ich wurde wegen meiner Schüchternheit und damals noch sehr hohen Stimme immer „Piepsi“ benannt. Das tat sehr weh und ich habe mich immer wie ein Außenseiter gefühlt und hatte immer das Gefühl, dass ich nicht in die Mainstream-Welt passe. Zeitweise wurde ich auch von meiner damals besten Freundin gemobbt und sogar meine eigene jüngere Schwester hatte plötzlich meinen Freundeskreis und ich stand alleine da.

Ja, ich hatte immer die coolsten Klamotten und war fast als einzige aus meiner Klasse in Frankreich und England zum Schüleraustausch und zur Sprachreise. Dinge, die sich andere damals nicht getraut haben.

So habe ich früh angefangen, nebenbei arbeiten zu gehen und woanders Erfüllung zu finden.

Insgeheim wusste ich vielleicht schon damals, dass es noch mehr gibt als die Schule und die Menschen, mit denen ich heute nichts mehr zu tun habe.

**Mein Learning und mein Tipp:** Nutze Deine Stärken, für die Dich andere beneiden und baue Sie aus. Ich habe zum Beispiel daraus ja später mein Business mit Stil und Knigge gemacht. Denke auch daran, es gibt immer Wegbegleiter und Lehrer – echt Freunde dagegen hast Du nur wenige.



Wir verstehen oft erst später, wozu es gut war. Geh raus aus der Vergangenheit und lass Dich davon nicht beeinflussen. Später haben mich viele immer noch beneidet als ich mal irgendwann wieder auf einem Klassentreffen war.

**Warum Dich Erfahrungen im Berufsleben immer stärker an Deine Mission und Deine wahre Berufung bringen.**

Als ich mich nach dem Abitur ins Berufsleben wagte, fühlte ich mich unbeholfen und unsicher. Ich wollte ja immer Sozial-Pädagogik studieren und anderen Menschen helfen. Doch das sollte erst später als roter Faden in meiner Biografie auftauchen.

Schon früh in meiner kaufmännischen Lehre nach dem Abitur habe mit dem Thema Umgang im Team, Anstand, Kommunikation, Auftritt und Wirkung beschäftigt. Grund dafür war mein damaliger cholerischer Chef und viele unschöne Erfahrungen mit Neid und Mobbing von anderen Kolleginnen für mein stets stilsicheres Erscheinungsbild und meiner stets vorbildlichen Arbeit in meinen ersten Karriere-Jahren als Front-Office Assistentin einer großen Unternehmensberatung sowie als Assistentin der Geschäftsführung.

Natürlich war ich enttäuscht, verzweifelt und wütend. Doch im Laufe der Zeit entdeckte ich meine Stärken und begann, selbstbewusst zu navigieren. Ich lernte, meine Ängste zu überwinden und mich neuen Herausforderungen zu stellen. Jeder Schritt auf meinem Weg brachte mich näher zu meiner wahren Identität und half mir, mein inneres Leuchten zum Vorschein zu bringen

**Mein Learning und mein Tipp:** Auch wenn es hart ist, passe Dich nicht an, sondern lerne Deinen eigenen Weg zu gehen. Gerade introvertierte Menschen und Scanner-Persönlichkeiten fällt es in jungen Jahren schwer, sich mit ihrer besonderen Einzigartigkeit anzunehmen. Oftmals entscheiden wir uns aus rationalen Gründen für eine Ausbildung, ein Studium oder einen Beruf und lassen unsere echten Gaben und Potenziale schlummern.

**Reflektiere Deine Erfahrungen und mach Dich unabhängig vom Außen**

In meiner Ausbildungszeit lernte ich, wie wichtig es ist, trotz schwieriger Umstände einen klaren Kopf zu bewahren und mich auf das Wesentliche zu konzentrieren. Die Erlebnisse haben mir geholfen, mein Durchsetzungsvermögen zu stärken und für mich und meine Bedürfnisse einzustehen. Heute bin ich dankbar für diese Erfahrungen, denn sie haben mich zu der Person geformt, die ich heute bin – eine selbstbewusste, kommunikative und empathische Persönlichkeit, die weiß, wie wichtig es ist, respektvoll und fair miteinander umzugehen und gemeinsam Großes zu erreichen.

Ja, manchmal scheint es, als ob die Gesellschaft ihre eigenen Regeln hat und ich einfach nicht in das vorgefertigte Schema passe. Meine Meinungen, mein Stil und meine Überzeugungen waren oft anders als die der meisten Menschen um mich herum. Es gab Momente, in denen ich mich fragte, ob ich falsch lag oder ob ich allein mit meinen Gedanken war. Doch mit der Zeit habe ich gelernt, dass es in Ordnung ist, anders zu sein und man sich nicht verbiegen sollte, um in eine Schublade zu passen. In der Tat kann es sogar ein Vorteil sein, ein Außenseiter zu sein. Denn oft sind es die Außenseiter, die neue Ideen und Perspektiven einbringen und die Welt auf den Kopf stellen. Also, obwohl ich mich manchmal wie ein Fremder fühle, bin ich stolz darauf, anders zu sein und meine einzigartige Sichtweise in die Welt einzubringen.

**Mein Learning und mein Tipp:** Erfahrungen sind wichtig und jedes Nein zu anderen ist ein Ja zu Dir. Akzeptiere und feiere Deine Einzigartigkeit und Deine Besonderheit. Du bist genau richtig, wie Du bist.

**Warum ist es so wichtig, dass Du Dich Deinen Ängsten und Deinem inneren Kritiker stellst?**

Als ich begann, mich mit meinen Unsicherheiten und Ängsten auseinanderzusetzen, erkannte ich nach und nach mein eigenes Potenzial. Mit der Zeit wuchs mein Selbstvertrauen und ich entwickelte eine starke innere Stärke, die mich dazu befähigte, meine Träume zu verfolgen und über meine Grenzen hinauszuwachsen.

Viele Dinge habe ich erst im Laufe der Zeit durch die Arbeit mit dem inneren Kind transformiert. Transformation ist kein Marathon, sondern braucht Zeit.

Wenn wir bereit dafür sind, kommen auch die richtigen Lehrer in unsere Leben und dann geht es richtig ins Eingemachte.

Finde Dein Warum und besiege Deinen inneren Kritiker, der Dich unbewusst dazu antreibt, über Dich hinauszuwachsen. Wenn bei mir heute Emotionen auftauchen, die ich nicht mag, rede ich mit ihnen und mach sie zu meinem besten Freund.

Selbstzweifel und negatives Selbstgespräch können unser Selbstvertrauen erheblich beeinträchtigen. Oft sind wir unsere eigenen schlimmsten Kritiker und halten uns selbst davon ab, unser volles Potenzial auszuschöpfen. Um Selbstzweifel zu überwinden, ist es wichtig, unsere negativen Gedankenmuster zu erkennen und zu ändern.

**Mein Learning und mein Tipp an Dich:** Geh aus Deiner bequemen Komfortzone heraus, geh durch die Angstzone und Du wirst enorm über Dich hinauswachsen. In der Lern- und Wachstumszone kannst Du Herausforderungen stellen, stärkst Dein Selbstvertrauen und fängst an, Dein volles Potenzial zu entfalten. Pass jedoch auf, dass Du Dir dabei immer wieder Pausen gönnst, damit Du nicht in der Überforderungszone landest.

### **Warum Persönlichkeitsentwicklung nie aufhört und wie Du damit gelassen umgehen kannst.**

Ich dachte vor vielen Jahren, man das muss doch mal aufhören mit der Entwicklung und ich habe doch schon so viel transformiert und mir so viel angeschaut.

Doch es sollte anders kommen. Erst als ich angefangen habe, mich intensiv mit dem Thema Persönlichkeitsentwicklung auseinander zu setzen, hat mir das Universum eine Menü aus sieben heftigen Schicksalsschlägen präsentiert, an denen ich step by step reifen dürfe, mich wie eine Schlange gehäutet und teils auch zurück gezogen habe, um endlich meine wahre Essenz freizulegen.

Heute blicke ich stolz auf mein 20-jähriges Unternehmertum mit vielen Höhen und Tiefen zurück. Selbst habe ich sieben heftige Schicksalsschläge (vom Tod meines Ex-Freundes, das Zusammensein mit einem Hochstapler & Heiratsschwinder, über eine drohende Insolvenz hin zum Leben auf Existenzminimum zu Corona-Zeiten, ) überwunden und bin heute für diese Erfahrungen sehr sehr dankbar.

Das hat mich mehr in meine Mitte gebracht und zum besseren Verständnis im Umgang mit unterschiedlichen Persönlichkeiten und Situationen auf unterschiedlichen Parkett beigetragen.

Als vielseitige talentierte Scannerin und Menschenleserin ist/war es mir immer wichtig, jeden Menschen so in seiner Persönlichkeit zu sehen, zu fördern und dieses

Wissen auch an Unternehmen weiterzugeben. Ich bin davon überzeugt, dass wenn jeder Menschen seinen Platz im Unternehmen gefunden hat, Kunden auch different mit Werten, Wünschen & Bedürfnissen sowie mit einer gewinnbringenden und positiven Kommunikation gesehen werden, alle glücklich sind und wir wieder mit Leichtigkeit durch Leben gehen. Ich sehe mich selbst als Generalist im Bereich Auftritt.Image.Wirkung, welche ihre Kunden in eine



tiefgreifende Persönlichkeitstransformation begleitet und dabei langjährige alte Blockaden, Muster und Glaubenssätze auflöst.

**Mein Learning und mein Tipp an Dich:** Sei für jede Krise und jedes Schicksal dankbar, dadurch lernst Du schneller und entwickelst Dich in Deiner Persönlichkeit schneller weiter. Such nicht die Schuld bei Dir, sondern frage ich Dich „Wozu ist die Erfahrung gut und was darf ich daraus lernen, um es in Zukunft besser zu machen?“ dagegen, nur dort arbeiten, um Geld zu verdienen und andere gar nicht wissen, was sie noch erreichen möchten und sich scheuen, etwas Neues anzufangen. Das stimmt mich nachdenklich und sagt mir „Hey, da gibt es noch so viel zu tun mit Deiner Vision, dass jeder Mitarbeiter seinen Platz im Unternehmen findet und als besonderes Talent gesehen wird.“

*„Jedenfalls ist es besser, ein eckiges Etwas zu sein als ein rundes Nichts.“ (Friedrich Hebel)*

### **Warum ein gesundes Selbstbewusstsein und das eigene Selbstvertrauen so wichtig ist.**

Auch mein Urvertrauen war jahrelang verschüttet und ich habe unbewusst immer nach Anerkennung im Außen gesucht. Leistung liefern und Liebe bekommen - das kannte ich ja auch meiner Kindheit. So habe ich unbewusst den inneren Mann in mir großgezogen und die Frau in mir verdrängt. Als Erstgeborene musste ich früh Verantwortung übernehmen und konnte so gar kein richtiges Selbstbewusstsein, keine Selbstliebe und Selbstvertrauen aufbauen.



Selbstvertrauen ist der Schlüssel zum Erfolg. Es ist das Fundament, auf dem wir unsere persönliche Marke aufbauen und unsere einzigartige Persönlichkeit entwickeln können. Ohne Selbstvertrauen fühlen wir uns unsicher und unzureichend. Es ist jedoch wichtig zu verstehen, dass Selbstvertrauen nicht angeboren ist, sondern etwas, das wir entwickeln können.



Es gibt viele Faktoren, die unser Selbstvertrauen beeinflussen. Einige dieser Faktoren sind genetisch bedingt, während andere durch unsere Umwelt, unsere Erziehung und unsere Erfahrungen geprägt werden. Die gute Nachricht ist, dass wir die Kontrolle über diese Faktoren haben und aktiv daran arbeiten können, unser Selbstvertrauen zu stärken.

Es ist wichtig anzuerkennen, dass jeder seine eigenen Stärken und Schwächen hat. Wir sollten uns nicht mit anderen vergleichen und uns minderwertig fühlen. Jeder von uns hat einzigartige Talente und Fähigkeiten, die es zu entdecken und zu entwickeln gilt. Indem wir uns auf unsere

Stärken konzentrieren und unsere Schwächen akzeptieren, können wir unser Selbstvertrauen aufbauen und unsere persönliche Marke entwickeln.

**Mein Learning und mein Tipp an Dich:** Lerne Dir selbst wieder zu vertrauen, denn niemand ist so mächtig wie Du, um Deine eigenen Entscheidungen zu treffen. Sei dankbar für das, was Du vielleicht wie ich in jungen Jahren an Willenskraft, Durchhaltevermögen und Stärke entwickelt hast. Sich selbst wieder zu vertrauen ist oft ein langer Prozess, der mit vielen Tränen und Loslassen von alten Mustern, Verhaltensweisen und Glaubenssätzen verbunden ist. Nimm Dir die Zeit und geh durch Tal der Tränen, um voller Selbstvertrauen wieder den Gipfel zu erklimmen.

**Mein Fazit: Übernehmen Sie 100% Verantwortung für Ihr Tun und für die Erfüllung Ihrer Bedürfnisse.**

Liebe Leserinnen und Leser,

die Entwicklung von Selbstvertrauen als einzigartige Persönlichkeit und einer attraktiven Personen-Marke erfordert Zeit, Geduld und Arbeit. Es ist ein kontinuierlicher Prozess, der uns herausfordert und uns persönliches Wachstum ermöglicht.

Ich hoffe, dass meine Geschichte Sie inspiriert und ermutigt, sich selbst zu entfalten und ihr volles Potential auszuschöpfen. Wer weiß, vielleicht wartet in jedem von uns ein selbstbewusster Schwan darauf, zum Vorschein zu kommen.

Mit stilvollen Grüßen

## Möchten Sie mehr über das Thema Power Branding & Power Personality für Ihre Karriere erfahren?

Gerne unterstütze ich Sie als leitender Angestellte\*r oder angehende Führungskraft sowie als Unternehmer sichtbar zu werden und sichtbar zu bleiben.

Lassen Sie uns auch gerne sprechen, wie ich Ihre Mitarbeiter\*innen mit meinem [Persönlichkeits-Training](#) motiviere, Ihre Potenziale freizulegen, damit sie eigenständig ihre Talente & Fähigkeiten in ihre Arbeit für die eigene Zufriedenheit einbringen und damit ihre Kunden begeistern.

Sprechen Sie mich gerne an, wenn Sie Interesse an meinem [beliebten Power Branding 1:1 Online-Kurs](#) oder an [meinem beliebten Power-Personality für Introvertierte & talentierte Scanner-Persönlichkeiten als 1:1 Online-Kurs](#) haben.

Ja, ich möchte mehr darüber erfahren!

## Kundenstimme der Woche

Liebe Frau Pötsch,

Sie nehmen sich als Trainerin & Coach sehr viel Zeit für die persönlichen Belange und richten das Training auf meine Wünsche und Bedürfnisse dahingehend aus, was ich selbst als sehr positiv empfunden habe.

Nützliche Denkanstöße halfen mir bereits ab der ersten Trainingssitzung, die eigene Persönlichkeit zu schärfen.

Auch die begleitenden Workbooks waren gut strukturiert und schlüssig aufeinander aufbauend.

Alles in allem empfand ich das Training als vollen Erfolg für mich persönlich.

Vielen Dank!

Sebastian A. - IT Consultant in der Automobilbranche

*Erfahrungsbericht & Bewertung zum*

*1:1 Online Coaching „Empower your personality“*

Hier geht es zum 1:1 Empower your personality 1:12 Online Coaching für introvertierte Menschen und vielseitig talentierte Scanner-Persönlichkeiten

Als Pioniergeist in meinem Beratungsumfeld bereits mehr als 2.000 Menschen zu einem glaubwürdigen, parkett-sicheren und selbstbewussten Auftreten auf jedem Business-Level verholfen.

Kennen Sie schon meine [Reputationen auf ProvenExperts?](#)

Als anspruchsvolle Geschäftsfrau bin ich selbst die beste Botschafterin Ihrer Marke und eine beliebte Interviewpartnerin für Radio, Fernsehen und Presse. Mein aktuelles Presse-Archiv finden Sie unter [folgenden Link](#).

### Gekonnt wirken & Janine Katharina Pötsch in der Öffentlichkeit:

- [Buch-Autorin](#) (Springer Gabler Verlag, Goldegg Verlag, Gabal e.V.)
- gefragte [Interviewpartnerin](#) für TV, Rundfunk und Presse (SZ, TZ, AZ, dpa, Süddeutsche, Freundin, BR, Pro7, Sat1, RTL2, N24, Merkur, Süddeutsche Zeitung, Spiegel Online, Südkurier, Augsburgener Allgemeine, Antenne Bayern, Radio-Gong, TopFM etc.)
- E-Book Autorin

### Lassen Sie uns in Verbindung bleiben:

- Lassen Sie uns auf [XING verbinden](#).
- Connecten Sie sich mit mir auf [LinkedIn](#).
- Verbinden Sie mir auf [Facebook](#).
- Kommen Sie in meine [Facebook-Gruppe](#).
- Lassen Sie von mir auf [YouTube](#) inspirieren.
- Lesen Sie meinen [Blog](#).
- Abbonieren Sie meine [monatlichen Image-Impulse](#).