**Jak odróżniać faktyczne ogrniczenia oraz wymówki w biznesie?**

**Ograniczenia, to coś co rzeczywiście powoduje pewnego rodzaju bariery. Mogą to być na przykład częste bóle głowy, sprawiające niejako, że osoba nie może się skupić na tym co robi, na tyle na ile by chciała.**

Jednak **ograniczenia** nie powodują porzucenia działań, ale je znacznie utrudniają oraz sprawiają, że pogarsza się nieco jakość wyjściowa. Pewne rzeczy robi się zwyczajnie dłużej, albo należy troche odczekać, aż ból ustąpi, zatem każde zadanie przeciąga się w czasie.

[Ograniczenia nie zawsze wynikają](http://trendybiznesowe.eu/mega-inspiracja) z rzeczywsitych powodów, ale często z powodu barier mentalnych. Chodzi o to, że osoba myśli oraz uważa, iż bariera istnieje, w efekcie czego nie potrafi "wyjść" poza swoje przekonania.

Wymówki, to już coś zupełnie innego i są związane z tak zwaną "strefą komfortu". Chodzi o, to że nasz umysł uważa jedne rzeczy za takie do zrobienia, a inne za "wymagające większego wysiłku". Jedną z najbardziej znanych wymówek jest popularne: "nie mam czasu".

Wymówki stosujemy także po, to aby uciec od prawidłowej odpowiedzi, bo na przykład nie chcemy czegoś zrobić, a nie mamy w sobie wyrobionego nawyku asertywności, czyli umiejętności mówienia nie z uzasadnieniem.

Bywa, że osoba z którą rozmawiamy i tak nas nie zrozumie, albo tak nam się wydaje, wówczas stosujemy unik w postaci wymówki, pierwszej która nam się nasunie.

Praca na charakterem bywa niezmiernie trudna, ale głównie skupiamy się nad innymi ludźmi, zapominając bardzo często o samym sobie, tymczasem jeśli chce się "naprawiać świat". Warto zacząć od samego siebie, a to uwierzcie mi jest o wiele trudniejsze, gdyż dla siebie bywamy zbyt pobłażliwi.

Starając się odróżnić u samego siebie ograniczenia od wymówek, warto się tak naprawdę dobrze zastanowić, co jest wymówką, a co rzeczywiście ogranicza nas, ot choćby czasowo. To nie jest coś, co można zrobić od razu i chociaż dziś to takie strasznie nie modne, warto po prostu

"wsłuchiwać się w siebie".

Aby zrozumieć, jak różne poziomy ograniczeń mają różni ludzie, a także aby zacząć przełamywać swój wałsny opór przed wyjściem ze "strefy komfortu". Warto obejrzeć, posłuchać oraz przeżyć **prawdziwe emocje na webinarze.**

P.s. To co dla innych jest uznawane za Twoją "strefę komfortu" wcale nie musi być nią dla Ciebie

[Webinar - porzuć swoje ograniczenia](http://trendybiznesowe.eu/mega-inspiracja)

Anita Zielke