

Skyll inte ifrån dig!

För många av oss går mycket tid och energi åt till att hitta ursäkter och förklaringar inför andra till varför saker och ting ibland går "fel", varför vi inte haft tillräckliga kunskaper om något, inte presterat tillräckligt bra eller för att vi glömt bort något vi borde ha kommit ihåg. Vi vill inte att andra ska tycka att vi är slarviga, inkompetenta eller okunna. Ofta försöker vi förlägga skulden till våra missar på någon annan, direkt eller indirekt och mer eller mindre sofistikerat. Det handlar om att vi lägger stor vikt vid vad vi tror att andra tycker och tänker om oss. Att försöka anpassa sig och presentera en bra bild av oss inför andra är en stor energislukare. I själva verket så vet vi inte vad andra tycker och tänker om oss utan vi tillskriver våra medmänniskor våra egna tankar och fördomar och dömer oss sedan själva genom dessa. Vi dömer oss själva via ombud. Vill du läsa mer som jag skrivit om detta kan du gå in på min hemsida (Talaklart.se) och gå in under fliken "Att våga tala till en publik" och där välja avsnittet *Varför är vi så rädda...*.

Stå i stället för vad du gjort och lägg inte ner tid på att försöka hitta förklaringar och ursäkter. Ingen människa är ofelbar. Försök i stället att lära av dina misstag, så att du inte gör om dem, och gör nya misstag istället. Inse även att du aldrig kan veta vad andra tycker om dig och om vad du gör. I stället för att försöka göra andra tillags, hitta din egen linje. Gör så gott du kan i allt du gör och var stolt i detta.