

# Stress-Check für Selbstständige: Klarheit aus vier Perspektiven



Susanne Hake

## Checke dein Denken:



- Ich bin bereit, meine Gedanken zu hinterfragen.
- Ich weiß, was ich beeinflussen kann und was nicht.
- Ich kann loslassen.
- Ich kann zwischen gewünschtem Feedback und ungebetenen Ratschlägen unterscheiden.
- Ich habe gelernt, von Fehlern zu lernen.
- Ich bin neugierig und offen für lebenslanges Lernen.

**Morgen kommt der Business-Check und in zwei Tagen die Auswertung.**

„Ich unterstütze Selbstständige und Teams,  
stressfreier produktiv zu sein.“



Susanne Hake, Master of Fine Arts,  
kombiniert Berufserfahrung aus Werbung (McCann, TBWA)  
und Spielfilmregie (ARD, ZDF, Sat.1) mit Körperpsycho-  
therapie/Osteopathie und lösungsfokussiertem Coaching.  
Seit 2008 für Organisationen (u.a. BAYER, R+V BKK,  
UdK Berlin, TU Dresden, Uni Hannover) und in eigener  
Praxis in Berlin. Autorin von ‚Selbstmarketing für  
Schüchterne‘ (REDLINE Verlag 2014).



©2020 Susanne Hake [contact@storydynamics.de](mailto:contact@storydynamics.de)