



**GASTRONOMIE COACH
ANDREAS MÖBIUS**

Kontakt: +49 (0) 151 54972512

7 Tipps- Wie gehe ich mit Hatern um?



1. Deine Botschaft ist wichtig für die Welt. Wenn Du gar keine Hater hast, dann machst Du etwas falsch. Denn dann bist Du so „glattgebügelt“, dass Du völlig austauschbar und beliebig bist. Natürlich bekommst Du Gegenwind, wenn Du raus gehst mit Deiner Botschaft. Denn es wird immer Menschen geben, den gefällt nicht, was Du sagst. Es gibt Menschen, die mögen keine Schokolade. Oder keine grünen Smoothies. Oder kein Sönnchen. Das bedeutet, der „Hate“ ist in der Tat etwas Gutes. Es heißt, dass Du etwas richtig machst. Du zeigst Dich als Mensch mit Ecken und Kanten. Und nur so kannst Du überhaupt wahrgenommen werden.

2. Lass nicht von Menschen, die die Anonymität des Internets nutzen, um Ihren persönlichen Frust rauszulassen, Dein Leben oder Dein Business bestimmen. Denn so stiehst Du Geld von Deiner persönlichen Freiheit. Von Deiner Familie. Du könntest auch direkt einen Scheck schreiben: Zahlbar € 100.000 an hanswurst56323. Und das wäre ja Quatsch, oder?

3. Don't feed the troll. Echt nicht. Lass Dich nicht auf Diskussionen mit Hatern ein. Oder den Pseudofreundlichen. Diese „Ist ja eine ganz nette Idee Dein Video, aber irgendwie kommst Du voll Scheisse rüber“. Denn wie hat Mark Twain so schön gesagt: Diskutiere niemals mit Idioten. Erst ziehen sie Dich auf ihr Niveau und da schlagen sie Dich mit ihrer Erfahrung. Oder auch: Es ist wie Schach spielen mit einer Taube: Die Taube wird sich nicht an die Regeln halten, alle Figuren umwerfen, aufs Spielbrett kacken und trotzdem rumstolzieren als hätte sie gewonnen. Also keine Antwort auf Hater. Geh nicht in den Widerstand „Bäh, aber Du bist viel dööferer!“ und vor allem rechtfertige Dich auch nicht. Nimm doch die Zeit lieber und antworte den freundlichen und konstruktiven Kommentaren. Lass den Troll leer laufen. Du musst nicht auf alles antworten, was Menschen Dir antragen.

4. Ein Hater hat nur so viel Macht, wie Du ihm gibst. Im Klartext: Es verändert überhaupt nichts in Deinem Business oder Deinem Leben. „Non mi cambia la vita!“. Lass sie Ihren Weg gehen und geh Du Deinen. Du musst nicht annehmen, was diese Leute sagen. Konstruktive Kritik ist gut, denn wir alle können und dürfen weiter lernen. Doch wenn Dir jemand einen Kackhaufen in die Hand geben will, dann nimm den einfach nicht an. Dreh Dich einfach um und geh. Lass ihn mit seinem Kackhaufen in der Hand einfach stehen. Und ja: Das darfst Du.

5. Hate hat nichts damit zu tun, was Du machst. Sondern der kommt ganz woanders her. Hate hat damit zu tun, was im Leben des Haters los ist. Du bist nur grade zufällig vorbei gekommen ... Es hätte auch jemand ganz anders sein können. Das bedeutet, was dieser Mensch da ablässt, hat nicht mit Dir persönlich zu tun. Du warst einfach nur grade da. Also kein Grund, das persönlich zu nehmen.

6. Überleg mal: Wenn jemand so voller Hate ist: Wo muss dieser Mensch in seinem Leben grade sein? Wie tief muss dieser Mensch schwingen, damit er fremde Menschen verletzen will, um seinen Schmerz los zu werden? Das kann sogar dazu führen, dass wir echtes Mitgefühl für diesen Menschen empfinden. Dass wir denken: „Ich hoffe, es geht Dir bald besser!“ Nicht von einem „ich bin so toll überlegen“ Standpunkt, sondern einfach vom Herzen. Habe Mitgefühl mit Deinen Hatern. Denen geht es grade echt nicht gut – und sie treiben sich auf einem echt komischen Vibrationlevel rum.

7. Der Hater hätte ja auch die Macht, einfach weg zu gehen. Umschalten. Sich etwas anderes anzuschauen. Es ist also nicht Deine Verantwortung, dafür zu sorgen, dass ihm gefällt, was er sich da anschaut. Auch in Social Medias könnte er einfach umschalten. Das ist so wie bei Menschen, die sich immer beschweren, dass Ihnen das Essen nicht schmeckt ... das sie selbst zubereiten.

Lass Dich von Hatern nicht bremsen und mach Dein Ding weiter. Auch wenn das am Anfang noch ungewohnt ist, diese Menschen einfach zu ignorieren.

Wenn Du Hate bekommst, machst Du auf jeden Fall etwas richtig. Denn wenn Du Hater hast (und sonst ein Normal verträglicher Mensch bist und kein Ober-Ätzer), dann hast Du auf der anderen Seite auch Leute, die gut finden, was Du machst. Vielleicht schreiben die nicht alle, aber Du kannst Dir sicher sein, dass sie da sind.

Quelle: Mindset-Coach André Loibl - [Changenow.de](https://www.changenow.de)

Gastronomiecoach.Andreas-Möbius.de, Trainer Andreas Möbius

<https://gastronomiecoach.andreas-moebius.de/>

Postanschrift: Bajuwarenstr. 5, 84543 Winhöring

Kontakt: Telefon: 0151 54972512, E-Mail: gastronomiecoach@andreas-moebius.de

Vertreten durch: Geschäftsführer Andreas Möbius

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: DE106/252/10246