

Dein Mindset – Dein Fokus

Wünsche-Pfad

in 3 Schritten vom Wunsch zum Ziel

Nimm dir einen Moment Zeit, einen Stift & Papier zur Hand. Nun lasse deine Gedanken zu deinem Wunsch-Thema schweifen.

Worum geht es überhaupt?

Wir alle tragen Wünsche & Sehnsüchte in uns. Träumen uns dann & wann mal hier hin, mal dort hin. Manche von uns mehr, manche weniger. Was uns alle eint ist, dass wir diese Wünsche in uns haben. Doch:

Wieso nicht aus Wünschen Ziele machen?!

Manche Wünsche begleiten uns lange. Sehr lange. Da kann es eines Tages passieren, dass man zurückschaut & bedauert, dass man die ein oder andere Gelegenheit nicht selbst herbeigeführt oder auch beim Schopf gepackt hat.

& genau da setzt der Wünsche-Pfad an.

Diese Momente des Bedauerns möchte ich dir helfen zu vermeiden & zu reduzieren. Verstehe mich bitte richtig:

Auch ein noch so geniales Tool, wie dieser Wünsche-Pfad, wird dir allein deinen Wunsch nicht erfüllen können.

- Es braucht dich,
- deine Fähigkeiten,
- deinen Mut
- & dieses unberechenbare Quäntchen Glück.

Doch was ich dir zusagen kann, ist, dass in dem Moment, wo du dich damit beschäftigst, was **du** tun kannst um aus deinem Wunsch **ein echtes Ziel** zu machen, dieser Wunsch eine realistische Chance erhält.

Wer immer nur träumt, & niemals handelt, träumt halt immer nur.

Wie funktioniert der Wünsche-Pfad

Auf der 2. Seite findest du unterschiedliche Stationen. Meine Einladung an dich ist, dich aus unterschiedlichen Perspektiven mit deinem Wunsch, aber auch mit dem zu beschäftigen, was du mitbringst, ihn Wirklichkeit werden zu lassen.

Wenn du an deinen WUNSCH denkst, & dir vorstellst, er ist Wirklichkeit, was sind da deine ersten Gedanken? Horche in dich hinein: Fühlt es sich gut an? Oder gibt es da etwas, das Alarm schlägt? Nimm dir Zeit für dieses Horchen.

Erste Gedanken

Gut, aber...

Gern, aber...

Gut & gern

Wunsch



In einem nächsten Schritt beschäftige dich mit dem, was du richtig gut kannst, es aber – ganz ehrlich – nicht gerne machst. Was zählt dazu? Was gibt es da? Horche auch hier in dich hinein. Sei ehrlich zu dir & notiere dir, was dir einfällt.

Im nächsten Schritt beschäftige dich einmal damit, was du gern machst, aber noch nicht so gut, wie du es dir wünschst oder es für deinen Wunsch hilfreich wäre?

Kommen wir im nächsten Schritt zu den Fähigkeiten & Fertigkeiten, die du gut & gerne machst, aber noch zu selten. Wovon wolltest & solltest du mehr machen?

Wenn dein Wunsch bei all diesen Punkten im Fokus steht, helfen diese drei Perspektiven dabei zu erkennen:

1. Ob dein Innerstes wirklich hinter dem Wunsch steht oder es noch grundlegende Bedenken gibt.
2. Wofür du deine Zeit einsetzt. Um deine Ziele zu erreichen?
3. Was könntest du noch lernen, um deinem Wunsch näher zu kommen?
4. Ob du vielleicht schon auf einem guten Weg bist, deinen Wunsch umzusetzen.

& nun wünsche ich dir viel Freude auf deinem persönlichen Wünsche-Pfad.

Deine

Christine Schäfer

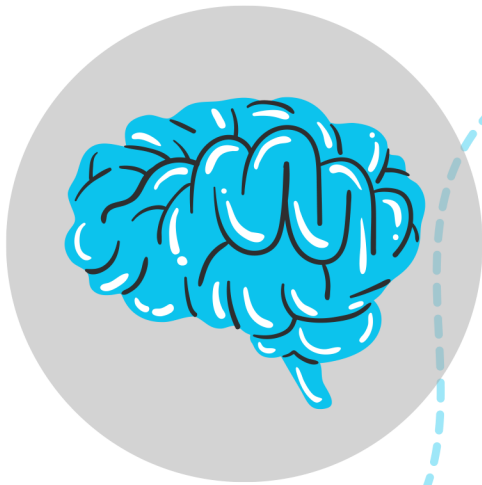
KOMMUNIKATIONS
buffet *Christine Schäfer*
FÜR EINE BESSERE KOMMUNIKATION – MIT SICH & ABEREN

Dein Mindset – Dein Fokus

Wünsche-Pfad

in 3 Schritten vom Wunsch zum Ziel

Nimm dir einen Moment Zeit. Hast du einen Stift & Papier zur Hand? Vielleicht möchtest du dir gleich etwas notieren. Nun lasse deine Gedanken zu deinem Thema schweifen.



Erste Gedanken

Wenn du in Gedanken bei deinem Thema bist, welches sind genau die ersten Gedanken? Was die ersten Gefühle? Kannst du eine Körperregion ausmachen, die sich meldet?

Hast du einen Kloß im Hals?

Dein Herz hüpft vor Freude?

Gut, aber...

Was denkst du: Was kannst du richtig gut, aber du machst es nicht gerne. Gibt es da etwas? Ziel:

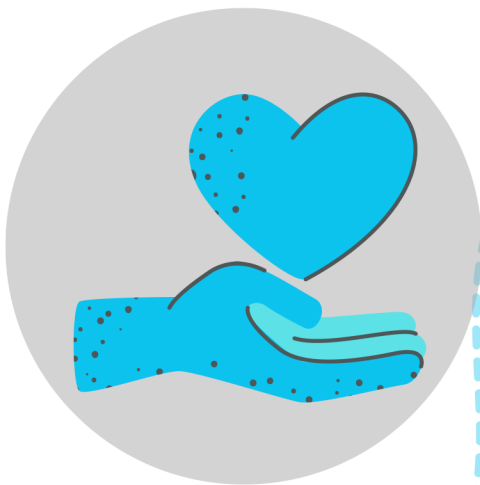
Reduziere oder trenne dich von diesen Dingen & Aufgaben, wenn du kannst. Sie blockieren Zeit & Raum auf deinem Weg zur Erfüllung.



Gern, aber...

Was machst du gerne, aber (noch) nicht gut genug? Gibt es da etwas, was dich auf deinem Weg, hin zu deinem Wunsch, unterstützen kann? Ziel:

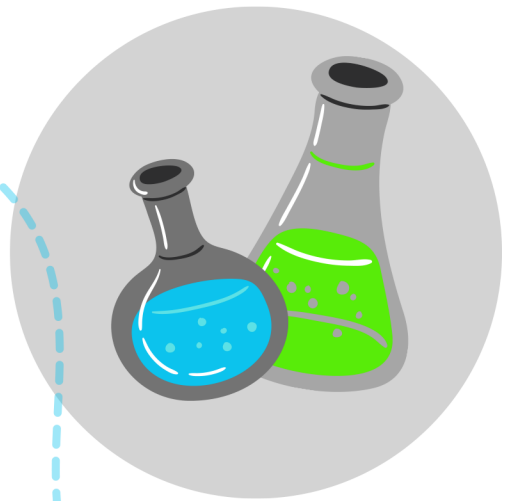
Wie & womit könntest du deine Fähigkeiten hier steigern?



Gut & gern

Kommen wir zu den Dingen & Aufgaben, die du sowohl gut als auch gerne machst. Was ist das genau? Ziel:

Mache mehr hiervon.



Wunsch

Nun hast du drei unterschiedliche Perspektiven zu deinem Wunsch-Ziel. Bitte überlege jetzt einmal:

Woran konkret würdest du merken, dass du dein Ziel erreicht hast bzw. dein Wunsch in Erfüllung gegangen ist?



Du hast in deiner Hand, was dich unterstützt, dein Ziel zu erreichen & weißt, was dir im Wege steht. Mit diesem Wissen: Was könntest du jetzt unternehmen um aus deinem Wunsch ein realistisches Ziel zu machen?