



1 Vision – verfolgst du Ziele oder Träume?

Dein persönliches Warum in deinem täglichen Tun ist wie deine Wurzeln. Je tiefer sie reichen, desto mehr Halt geben sie dir. Und je kräftiger, desto mehr nährende Energie führen sie dir zu. Sie sind deine unerschöpfliche Energiequelle, besonders in stürmischen Zeiten. Fehlt dir deine Vision, verlierst du dich oft darin, die Träume anderer zu erfüllen.

Richtest du dich vielleicht nach den Träumen deines Partners aus, der einen Brotjob hat und seine Abenteuerlust in der Freizeit auslebt – sei es bei Amateur-Autorennen, Bungee-Jumping oder beim Paragliding? Oder ordnest du dich der Lebensvision deiner Chefin unter, die alles für ihre Karriere opfert und von dir dasselbe erwartet? Oft übernimmst du unbewusst die Träume anderer und hältst sie dann irgendwann für deine eigenen. Das liegt daran, dass du als Kind darauf trainiert wurdest, den Erwartungen deiner Eltern, Lehrer und anderer Autoritätspersonen zu entsprechen, statt deine eigenen Träume zu verfolgen. Statt deine eigenen Wünsche zu erkunden, hast du gelernt, das zu tun, was andere von dir erwarten.

Und hier kommt die gute Nachricht: Du kannst dich jederzeit entscheiden, das Steuer deines Lebens wieder zu übernehmen. Stell dir vor, du entdeckst dein eigenes Warum und lebst danach – wie viel erfüllter und energiegeladener könntest du sein?

Vielleicht sagst du jetzt, das klingt ja alles ganz schön, aber ich arbeite, um Geld zu verdienen und meine Rechnungen zu bezahlen. Klar, wir alle müssen Rechnungen bezahlen. Ich weiß nicht, wie es dir geht, ich habe noch nie gehört, dass Menschen vor Freude am Morgen aus dem Bett springen und sagen: »Wow, was freu ich mich jetzt heute wieder darauf, Geld zu verdienen, damit ich meine Rechnungen bezahlen kann.« Es gibt uns Menschen einfach zu wenig Energie, um täglich unser Bestes zu geben. Du zweifelst? Dann frage dich mal, warum du Geld verdienen willst. Um dir und deiner Familie ein angenehmes Leben zu ermöglichen? Um zu reisen? Um frei zu sein? Du merkst es bestimmt, da geht es um viel mehr als nur darum, Rechnungen zu bezahlen.

Stell dir vor, du könntest dich dafür entscheiden, deine Verkaufsziele um zehn Prozent zu übertreffen oder als führende Expertin deiner Branche bekannt zu sein und regelmäßig als Rednerin eingeladen zu werden.

Du hättest die Wahl, gezielt neue Kunden zu akquirieren oder über ein internationales Kundennetzwerk zu verfügen, das auf tiefem Vertrauen basiert – und das dir nicht nur großartige, wiederkehrende Aufträge, sondern auch eine unschlagbare Kundenzufriedenheit garantiert.

Was würdest du bevorzugen: die beste Beachparty in einer tropischen Oase schmeißen oder eine Weltreise machen, bei der du nur Orte besuchst, welche für ihre himmlischen Desserts bekannt sind, und dabei verbrennst du so viele Kalorien, dass du sofort wieder von vorne anfangen kannst?

Spaß beiseite, was lässt dein Herz höherschlagen? Wofür lohnt es sich für dich, morgens aufzustehen und dein Bestes zu geben?

Falls es dir schwerfällt, eine klare Vorstellung von deiner persönlichen Vision zu entwickeln, bist du nicht allein. Viele Menschen empfinden das als überwältigend und wissen nicht, wo sie anfangen sollen. Vielleicht fragst du dich, warum du dir überhaupt die



Mühe machen sollst, Klarheit zu gewinnen. Schließlich hast du in der Schule nie gelernt, wie du dir ein bestärkendes Bild für dein tägliches Tun erschaffst. Deine Eltern haben deine Berufswahl beeinflusst und dabei oft Sicherheit über dein wahres Potenzial gestellt. Und die Gesellschaft bombardiert dich ständig mit ihren stereotypen und antiquierten Vorstellungen über Erfolg.

Lass mich dir dazu die Geschichte von Claudia erzählen.

Die Geschichte von Claudia

Claudia arbeitet für ein Pharma-Unternehmen, ist promovierte Biologin (PhD) und hat ein grandioses Fachwissen zu den Medikamenten, welche sie bei Ärzten in Praxen und Krankenhäusern verkauft. Ganz egal, welche Fragen ihr von Kunden gestellt werden, sie hat immer eine kompetente Antwort darauf. In meinem Coaching spricht sie davon, wie das mangelnde Verständnis für die Kundenbedürfnisse firmenintern sie immer wieder so viel Energie kostet. »Weißt du, Marianne, ich habe den Eindruck, ich erkläre immer wieder das Gleiche und man hört mir einfach nicht richtig zu.« Ich kann den Frust von Claudia förmlich spüren.

Deshalb frage ich sie: »Claudia, du hast viel Erfahrung und Talente. Du könntest theoretisch auch einen anderen Job machen. Du hast dich aber genau für diesen entschieden. Warum stehst du jeden Morgen auf und machst genau das, was du tust?« Da beginnen ihre Augen zu leuchten, ein Strahlen breitet sich auf ihrem Gesicht aus und sie fängt an zu erzählen: »Letzte Woche hatte ich ein Gespräch mit einem Kunden, das mir noch lange in Erinnerung bleiben wird. Er erzählte mir von einem Patienten, der lange mit gesundheitlichen Problemen zu kämpfen hatte und nun dank unserem Medikament sein Leben endlich wieder nach seinen Vorstellungen leben kann. Zu wissen, dass meine Arbeit Menschen wirklich hilft, gibt mir unglaublich viel zurück.



Über die Jahre hinweg sind meine Kunden zu Freunden geworden. Sie rufen mich an, wenn sie Fragen haben oder einfach mal meinen Rat brauchen, und das bedeutet mir sehr viel. Und wenn ich sehe, wie sich meine harte Arbeit auszahlt und mein Umsatz sich toll entwickelt, dann erfüllt mich das mit Stolz und Zufriedenheit. Deshalb mache ich diesen Job!«

Super, dass wir darüber gesprochen haben und Claudia ihrem eigenen Warum so nah gekommen ist. Am Ende waren wir uns einig: Es lohnt sich, sich die eigene Vision immer mal wieder vor Augen zu führen und daran zu feilen.

Vor einigen Jahren wurde mir eines Abends schmerzlich bewusst, dass mir mein eigenes Warum fehlte. Das war der Moment, als ich entschied, meine persönliche Vision zu finden und danach zu leben. Und genau diese Entscheidung hat mein Leben verändert.

Von der erfolgreichen Managerin zum erfüllten Leben

Es war an einem Freitagabend im Herbst. Ich öffnete die Haustür und trat in meine Wohnung ein. Eine erfolgreiche und anstrengende Woche lag hinter mir. Ich ließ meinen Mantel achtlos auf den Garderobenhaken fallen und schlüpfte aus den eleganten Schuhen, die mich durch endlose Meetings getragen hatten. Die Stille in der Wohnung war ein scharfer Kontrast zu den Gedanken, die immer noch in meinem Kopf wirbelten. Die Inhalte der letzten E-Mail, die ich noch geschrieben hatte, beschäftigte mich immer noch.

Ich ging wie automatisch ins Wohnzimmer und ließ mich erschöpft auf das große cremefarbene Sofa fallen. Endlich Wochenende!, dachte ich mir. Ich starrte zur Decke und wartete auf das Gefühl der Vorfreude auf das Wochenende. Aber es kam nicht. Stattdessen breitete sich eine unendliche Leere in mir aus. Eine Leere, die nichts mit dem zu tun hatte, was ich mir von meinem Erfolg erhofft hatte. Wo war die Freude, die Erfüllung, die mich antreiben sollte?

Trotz all meiner Errungenschaften, trotz der glänzenden Höhepunkte meiner Karriere als Managerin in namhaften Unternehmen kehrten diese Gedanken immer wieder zurück. Sie waren wie ungebetene Gäste, die sich in den Ecken meines Geistes versteckten und darauf warteten, mich in Momenten der Stille zu überfallen. Ist das schon alles, was ich von meinem Leben erwarten kann? Was kommt denn als Nächstes? So kann das nicht weitergehen, schoss es mir durch den Kopf. Plötzlich war es so klar für mich: Ich brauche jemanden, der mir aus dieser Sackgasse hilft, denn allein komme ich hier nicht raus. Also Laptop auf, einen Coach gesucht und zack – das erste Kennenlerngespräch gebucht.

Ich war viele Jahre Meisterin darin, mir ambitionierte Ziele zu setzen und strukturierte Pläne abzuarbeiten. Ich bin immer höher gestiegen auf der Karriereleiter und von außen betrachtet sah es perfekt aus. Ich konnte meinen Erfolg, die Sinnhaftigkeit und Zufriedenheit jedoch nicht fühlen. Auf einmal fiel es mir wie Schuppen von den Augen: Trotz all der tollen Karriere-Möglichkeiten, für die ich echt dankbar war, habe ich mich zunehmend den Erwartungen anderer gebeugt – der Chefs, Kollegen und Gesellschaft. Ich habe beschlossen, mir die Kontrolle zurückzuholen. So habe ich mich auf die Reise nach meinem persönlichen Warum gemacht. Ich habe mir immer wieder die Zeit genommen und mich gefragt, was ich mir denn nun wirklich wünsche für mein Leben. Wovon will ich mehr und wovon weniger? Die Ruhe und das Ankommen bei mir selbst haben mir dabei sehr geholfen. Ich habe meine persönlichen Werte reflektiert und einen großartigen Coach gefunden, der mich unterstützt und mir geholfen hat, voranzukommen.

Heute ist es meine Vision, Menschen dabei zu helfen, noch erfolgreicher zu werden und ein Leben zu führen, das sie zutiefst erfüllt. Gleichzeitig strebe ich danach, unvergessliche Erfahrungen an den schönsten Orten dieser Welt zu sammeln und von den inspirierendsten Menschen zu lernen, die ich finden kann.

Immer wieder erstaunt mich die unendliche Kraft, die ich aus meiner Vision ziehe. Gerade in den herausfordernden Momenten, wenn alles schwierig erscheint, verbinde ich mich bewusst mit meinem Warum. Ich frage mich dann ganz gezielt, wofür ich das alles überhaupt tue. Plötzlich sehe ich den Weg wieder klar vor mir. Auch wenn es noch Hindernisse zu überwinden gilt, trägt mich meine Vision förmlich. Es fühlt sich leichter und klarer an.

Deine persönliche Vision ist der Kompass für dein Leben. Du weißt immer, welche Richtung du einschlagen willst. Entscheidungen fallen dir leichter. Du agierst, anstatt zu reagieren. Es gibt dir ein befeuerndes, bestärkendes Gefühl im Alltag, neue Wege zu beschreiten. Klingt großartig, oder?

Wenn du dich nun auf den Weg machst, deine persönliche Vision für dein tägliches Tun zu erschaffen, beachte dabei folgende Aspekte.

Ziele, die dein Leben rocken

Wie ein Künstler, der sein Bild immer wieder ergänzt oder auch Dinge wieder übermalt, darf deine Vision sich ständig entwickeln und wachsen. Halte dich nicht selbst zurück, indem du dich an dem orientierst, was man halt so macht, was andere sich von dir wünschen und was möglichst realistisch ist. Du darfst hier wirklich ganz groß denken, denn dadurch wird deine Vision besonders kraftvoll.

Vielleicht sagst du dir jetzt, wow, das klingt zwar toll, aber auch nach einem riesigen Thema. Wie mache ich das denn nun konkret? Wie erschaffe ich mir denn meine persönliche Energiequelle für mein tägliches Tun?

Achte mal darauf, wie du dir genau deine Ziele setzt. Setzt du dir Zwischenziele oder Endziele? Das Problem entsteht oft, wenn wir Menschen diese beiden Arten von Zielen verwechseln. Wenn wir

glauben, wenn ich dieses nächste Zwischenziel erreiche, dann werde ich glücklich sein, dann bin ich sicher, dann habe ich Wert, dann werde ich akzeptiert.

Wenn ...

- ich meine Beförderung bekomme ...
- ich mein Umsatzziel erreiche ...
- ich genug Geld habe ...
- ich mein Traumhaus habe ...
- ich einen besseren Job finde ...
- ... dann werde ich glücklich sein.

Das sind Wenn-dann-Ziele, die wie ein Köder wirken. Du rennst diesen Zielen hinterher, um deine Belohnung dafür zu bekommen. Das ist, als würdest du einem Pferd eine Karotte vorsetzen und es auf einen endlosen Ritt mitnehmen! Hast du das Ziel dann erreicht, dann wartest du vergebens auf all die Gefühle, welche du dir dabei erhofft hattest. Dann ergeht es dir so wie mir damals an diesem Freitagabend auf dem Sofa. Dein Leben wird zu einer unendlichen Jagd nach Auszeichnungen. Jedes Mal, wenn du ein Zwischenziel erreichst, konzentrierst du dich bereits auf das nächste und dabei macht sich das Gefühl der inneren Leere immer breiter.

Deine Zwischenziele können Mittel sein, um deine Endziele zu erreichen. Sie markieren den Weg zu dem, was du wirklich willst. Deine Endziele hingegen verkörpern deine tiefsten Wünsche. Das, was du in deinem Leben erfahren und erleben möchtest. Sie sind der Grund, warum du hier bist. Sie spiegeln wider, wie du deine Talente einsetzt, um die Welt zu bereichern. Diese Ziele sind dein innerer Kompass, der dir den Weg zu echter Erfüllung zeigt. Wie erschaffst du deine Endziele?

Träume groß. Wirklich groß. So groß, dass dein innerer Kritiker kurz die Augenbrauen hebt und fragt: »Meinst du das ernst?« Ja,

das tutst du. Denn wenn deine Ziele dich nicht ein kleines bisschen einschüchtern, sind sie vielleicht nicht groß genug.

Warum? Weil große Ziele dich aus deiner Komfortzone katapultieren. Sie zwingen dich, neue Fähigkeiten zu lernen, deine Denkweise zu erweitern und Herausforderungen mit Mut zu begegnen. Und genau hier beginnt das echte Wachstum.

Ein großes Ziel ist nicht einfach nur ein ambitionierter Wunsch. Es ist eine bewusste Entscheidung, sich auf eine Reise zu begeben, die dich formt und stärkt. Ein Ziel, das dich dazu bringt, morgens mit Vorfreude aus dem Bett zu springen – oder zumindest nicht zehnmal die Snooze-Taste zu drücken.

Stell dir vor, du möchtest ein Buch schreiben, aber du hast noch nie mehr als eine E-Mail verfasst? Perfekt! Oder du willst einen Marathon laufen, obwohl du beim Treppensteigen schon außer Atem kommst? Hervorragend! Diese Ziele fordern dich heraus und genau das ist der Punkt.

Große Ziele zu setzen bedeutet, sich selbst zu vertrauen und den Mut zu haben, ins Unbekannte zu springen. Ja, es wird Momente geben, in denen du zweifelst. Ja, es wird Rückschläge geben. Aber stell dir vor, wie großartig das Gefühl sein wird, wenn du dein Ziel erreicht und zurückblickst auf all das, was du geschafft hast.

Bist du bereit zu entdecken, was deine wirklich großen Ziele sind? Dann nimm dir Zeit und stell dir die richtigen Fragen!

Schreibe dir deine Überlegungen zu den nachfolgenden Fragen auf. Das hilft dir beim Sortieren deiner Gedanken. Vielleicht willst du dir dazu ein besonders schönes Notizbuch anschaffen, gehst an deinen Lieblingsplatz oder gönnst dir einen richtig tollen Cappuccino.

- Was würde ich tun, wenn Zeit und Geld keine Rolle spielen würden?
- Was würde ich tun, wenn ich nicht scheitern könnte?



- Wofür brenne ich und was will ich der Welt bieten?
- Was würde ich bereuen, in meinem Leben nicht erlebt zu haben?
- Wie schaffe ich Mehrwert für andere?
- Was würde ich am liebsten den ganzen Tag tun?
- Mit wem würde ich gerne meine Zeit verbringen?
- Wo würde ich arbeiten?
- Wie viel Geld würde ich verdienen?
- Wo würde ich leben?

Am besten lässt du deine Gedanken dazu einfach mal fließen, ohne sie gleich schon zu bewerten oder zu hinterfragen. Schreibe sie so lange auf, bis du das Gefühl hast, dass du leer bist. Dann lege deine Notizen weg und nimm sie zu einem späteren Zeitpunkt wieder hervor, um sie noch zu ergänzen. Du darfst deine Antworten zu diesen Fragen immer wieder ergänzen. Denn sie lassen sich kaum endgültig beantworten, da du dich ja auch ständig weiterentwickelst.

Deine persönlichen Werte entschlüsseln und verstehen

Deine Klarheit über deine persönlichen Werte unterstützt dich beim Gestalten deiner Vision. Die Sprache von uns Menschen liefert Hinweise, was unseren Werten im Kern zugrunde liegt. Denn wenn bestimmte Überzeugungen für uns besondere Bedeutung haben, uns wichtig sind, dann sind sie uns »wertvoll«. Wenn du im Jobinterview gefragt wirst, welches deine wichtigsten persönlichen Werte sind, kommen diese manchmal wie aus der Pistole geschossen. Vertrauen, Respekt, Wertschätzung ... Frage dich mal, ob das wirklich deine persönlichen Werte sind, welche dich prägen und für dich persönlich die höchste Priorität haben. Im Verlauf des Lebens verändern sich die Werte von uns Menschen auch immer wieder. Du kannst dabei wie folgt vorgehen.

Reflektiere dazu zuerst einmal tief über die wichtigen Entscheidungen, die du in deinem Leben bisher getroffen hast. Welche



Schlüsselmomente haben dich dazu gebracht, deinen Beruf zu wählen, deinen Wohnort zu bestimmen oder Beziehungen einzugehen und zu beenden? Denke auch an die Veränderungen deiner Gewohnheiten und Lebensweisen. Was hat dich wirklich angetrieben? Welche Werte standen hinter diesen Entscheidungen? Was war dir so wichtig, dass du nicht anders entscheiden konntest?

Erinnere dich in einem zweiten Schritt an die Situationen in deinem Leben, in denen du dich besonders erfüllt und glücklich gefühlt hast. Welche deiner Werte kamen in diesen Momenten besonders zum Ausdruck?

Wenn deine Werte verletzt werden, kann das zu einem diffusen Gefühl der Unstimmigkeit führen, manchmal sogar zu körperlichem Schmerz. Notiere dir zuletzt schmerzhafte Situationen in deinem Leben und die Werte, die dabei verletzt wurden.

So kommst du deinen Werten Schritt für Schritt näher.

Deine Vision im Rampenlicht – mach sie zur Priorität

Gib dir selbst unbedingt die Zeit für die Erschaffung deiner persönlichen Vision und erwarte nicht schnelle Resultate und Erkenntnisse. Wenn du heute Tulpen in deinen Garten pflanzst, dann würdest du bestimmt nicht erwarten, dass sie morgen schon blühen. Du darfst mit dir selbst genauso geduldig sein. Deine Vision braucht Zeit, um sich zu entwickeln und zu wachsen, wie eine Pflanze. Einem meiner Coaching-Kunden war es hilfreich, sich dazu ein Bild von einem chinesischen Bambus im Büro aufzuhängen. Dieses erinnerte ihn dann stets daran, dass der Bambus Zeit und regelmäßig Bewässerung braucht, damit er zur maximalen Höhe wachsen kann. Und dass er dies für seine Vision und sein persönliches Wachstum ebenso braucht.

Mache die Entwicklung von deinem persönlichen Warum zu deiner Priorität. Wir glauben ja oft, dass sich die Dinge ändern



werden, und warten darauf, dass Sinnhaftigkeit und Erfüllung einfach so in unser Leben treten. Aber da passiert ja nur etwas, wenn ich selbst aktiv werde und auch ins Handeln komme. Das Schöne dabei, du hast es in deinen Händen und kannst dich jederzeit entscheiden, voranzugehen. Indem du dir zum Beispiel fixe Zeiten für die Reflexionen zu deiner Vision einplanst und diese einfach so betrachtest wie wichtige Kundentermine. Denn da fragst du dich ja auch nicht, ob du hingehst oder nicht, du machst es einfach. Du darfst dich selbst genauso wichtig nehmen.

Wie kannst du dir noch klarer werden über dein persönliches Warum und dies dann auch in die Tat umsetzen? Dazu stelle ich dir jetzt ein kraftvolles Werkzeug vor.

Dein Vision Board ist die Roadmap zu deinen Träumen

Ich verrate dir etwas. Früher war ich ein totaler Kopfmensch. Für mich galten Zahlen, Daten und Fakten. Aber das reichte mir irgendwann nicht mehr. Es fühlte sich leer und falsch an. Ich habe mich auf die Reise gemacht und gelernt, mein Leben genauso zu gestalten, wie ich mir das vorstelle. Durch mein persönliches Vision Board habe ich die Stimme meines Herzens endlich laut und klar gehört. Das war großartig. Es hat mir geholfen, Klarheit zu gewinnen, mir wirklich große Ziele zu setzen und danach zu handeln.

Vision Boards werden manchmal auch Zielcollagen genannt. Dabei stellst du deine Ziele, Träume und Visionen mit Hilfe von Bildern, Zitaten, Illustrationen, Fotos und Texten als gesamte Collage dar. Auf diese Weise visualisierst und manifestierst du deine Ziele und bist einen Schritt weiter, sie dann auch in die Tat umzusetzen. Denn je klarer du deine Zukunft vor deinem inneren Auge siehst, umso klarer siehst du auch den Weg dorthin. Unser Gehirn ist eine unglaubliche Maschine, die darauf ausgerichtet ist, uns mit jeder Handlung erfolgreich zu machen. Es trainiert unseren Körper, sich auf eine Handlung vorzubereiten.



Die Visualisierung ist fast so wirkungsvoll wie die Ausführung der Handlung. In einer neuropsychologischen Studie fanden Forscher sogar heraus, dass das mentale Training der körperlichen Übung fast so effektiv war wie die tatsächliche körperliche Übung. Deshalb siehst du Profi-Skifahrer im Fernsehen, die vor ihrem Rennen jede Kurve und jedes Tor im Kopf durchgehen und ihren Wettkampf visuell vorbereiten. Visualisierung macht den Unterschied – sie katapultiert Athleten zu Höchstleistungen, noch bevor sie die Piste betreten.

Die Frage dabei ist nicht, ob du gut genug bist, um deine Ziele zu erreichen. Die wahre Frage ist: Sind deine Ziele großartig genug, um dir gerecht zu werden?

Vorab schon mal, es geht beim Erstellen von deinem Vision Board nicht um Perfektion. Lass deiner Kreativität freien Lauf und gestalte es ganz nach deinen Vorstellungen. Folgende Schritte können dir dabei hilfreich sein.

Erstelle zuerst mal eine Shopping-Liste deiner Ziele. Nimm dir Zeit und ein Notizheft, lasse deine Gedanken kreisen und schreibe ungehindert drauflos. Vernunft spielt in diesem Moment erst einmal keine Rolle – träume groß!

Wie stellst du dir dein Leben vor? Was lässt dein Herz höher schlagen? Was wünschst du dir in deinen verschiedenen Lebensbereichen? Zum Beispiel Finanzen, Lebensstil, Beruf, Familie, Fitness, Sinn, Liebe, Entwicklung, Hinterlassenschaft und so weiter. Wenn du fünf Jahre in die Zukunft schaust, was möchtest du bis dahin erreicht haben? Was wolltest du schon immer mal ausprobieren, hast dich bisher aber nicht getraut?

In einem nächsten Schritt verleihst du deinen Zielen ein klares Bild. Es ist jetzt Zeit, kreativ zu werden und deinen Zielen, Wünschen und Visionen in Form von Bildern, Zitaten, Fotos und Illustrationen Ausdruck zu verleihen. Du kannst hier nach Herzenslust alles verwenden, was deine Ziele und entsprechenden

Gefühle visuell widerspiegelt. Verwende dabei zum Beispiel Zeitschriften, durchstöbere das Internet und natürlich kannst du auch selbst kreativ werden, zeichnen, Zitate und Gefühle aufschreiben und Ähnliches. Denke daran, auch Bilder von dir selbst in glücklichen Momenten zu integrieren, wo es für dich passt.

Gestalte nun dein Vision Board. Wenn du alles beieinander hast, bringe eine für dich stimmige Ordnung hinein. Du kannst eine Kork-Pinnwand zum Anheften nutzen oder alles auf ein Plakat kleben. Gestalte es ganz so, wie es für dich passt. Schreibe das Datum auf dein Vision Board.

Nun ist es Zeit, den perfekten Platz für dein Vision Board zu finden. Am besten so, dass du es jeden Tag sehen kannst. Denn so führst du dir täglich vor Augen, was du erreichen willst. Wir Menschen sind für Wiederholungen gemacht. Jedes Mal, wenn wir eine Handlung wiederholen, bauen die aktivierten Neuronen eine stärkere Verbindung auf, was erklärt, wie jede Fähigkeit durch Wiederholung und Verankerung sich entwickeln kann. Ich wünsche dir viel Spaß beim Erstellen von deinem Vision Board!

Gehe nun noch einen Schritt weiter und nimm auf deinem Handy auf, was du auf deinem Vision Board gestaltet hast. Sprich darüber, wie dein zukünftiges Selbst sich verhält. Wie und wo du wohnst. Mit welchen Kunden du arbeitest. Wie du deine Freizeit verbringst und so weiter. Diese Aufzeichnunghörst du dir dann während ein paar Wochen täglich an. Damit lenkst du dein Bewusstsein immer wieder genau dorthin, wo du hinwillst. Und du bist offener für alle Chancen, welche sich dir bieten, dich in genau diese Richtung zu entwickeln.

Wenn es dir über Wochen hinweg schwerfällt, am Morgen aufzustehen, obwohl du gesund bist und dein Leben grundsätzlich in Ordnung ist, dann ist es Zeit, deine persönliche Vision für dein tägliches Tun zu hinterfragen, zu erschaffen und entwickeln.

Ich verspreche dir nicht, dass es einfach wird. Was ich dir hingegen verspreche, ist, dass du unglaublich viel über dich selbst lernen wirst. Und dass diese unerschöpfliche Energiequelle auch für dich ein absoluter Game Changer wird in deinem täglichen Tun.

Eine bestärkende Vision zu haben gibt deinem Handeln Richtung – doch was es dann noch zusätzlich braucht, ist eine innere Haltung, die dich auch dann trägt, wenn es unbequem wird. Gerade im Verkauf, wo du dich täglich zeigst, Beziehungen gestaltest und mit Zurückweisung umzugehen hast, ist deine innere Haltung der Schlüssel.

Sie entscheidet darüber, ob du dich klein machst oder aufrecht bleibst, ob du dich verbiegst oder echt bleibst. Und genau da setzen wir jetzt an.