

Start

Ohne Ziel passiert nicht viel!

"Ohne Ziel passiert nicht viel!"

**Das neue Buch von Friedhelm
Sommerland**

Ohne Ziel passiert nicht viel!

Friedhelm Sommerland

Ohne Ziel passiert nicht viel!

Wie du deinen inneren Schweinehund besiegst
und Schieberitis überwindest



Friedhelm Sommerland



Du willst deine Ziele erreichen und in jeder Hinsicht

erfolgreich sein? Dann beseitige deine Ausreden, berücksichtige deine individuellen Wertvorstellungen und konzentriere dich auf deine Stärken! Wie geht das genau? Das erfährst du im neuen Buch von Friedhelm Sommerland: „Ohne Ziel passiert nicht viel!“ Ab jetzt im Handel!

[Amazon.de](https://www.amazon.de)

[Tredition.de](https://www.tredition.de)

Friedhelm Sommerland, Heilpraktiker (Psychotherapie)










Therapie von Burnout, Depressionen & Traumata mit EMDR & Hypnose sowie Training & Consulting Berlin

<u>Kurse & Seminare</u>	<u>Coaching in Berlin</u>	<u>Therapie in Berlin</u>
---	---	---

Herzlich Willkommen in meinen Kursen und Seminaren! Seit vielen Jahren bilde ich u.a. erfolgreich Burnout-Berater/innen aus. Dieses Angebot richtet sich in erster Linie an Mitarbeiter in den Kontaktberufen. Mein neues Seminar [„Begegnungen mit dem inneren Schweinehund“](#) befasst sich mit den Themen Ziele und Veränderungen. Allerdings richtet es sich diesmal direkt an Menschen, die das Gefühl haben, dass sich in ihrem Leben unbedingt etwas ändern sollte, die aber noch nicht so recht wissen, wie sie das anstellen könnten. Ich selbst habe in meinem Leben zweimal eine komplette berufliche Kehrtwende vollzogen und meinen inneren Schweinehund dabei sehr gut kennengelernt. Haben Sie Angst vor *Ihrem* inneren Schweinehund? Dann besuchen Sie doch dieses Seminar, damit Sie erfahren, wie sich das ändern lässt! [Weiterlesen...](#)

Coaching bedeutet eigentlich „Training“. In unserer Sprache trifft aber die Übersetzung „Unterstützung“ eher den Kern der Sache. Manchmal ist es effektiver, sich von einem Profi bei der Erreichung eines Zieles oder bei der Veränderung der persönlichen Lebenssituation unterstützen zu lassen. Manchmal müssen wir einfach nur mit jemandem reden, der uns professionell zuhört und ein paar lösungsorientierte Fragen stellt. Ein oder zwei Coaching-Einheiten können viel bewirken und unserem Leben schnell wieder die richtige Richtung geben. Ich helfe Ihnen im Rahmen eines ([Einzel-](#)) [Coachings](#) oder in einer [Therapieeinheit](#). Denngeliegtlich kommt es auch vor, dass wir uns nicht sicher sind, ob wir ein „ganz normales Problem“ oder schon eine psychische Störung haben. Dann ist es gut, wenn der Coach auch über eine Heilerlaubnis als Heilpraktiker für Psychotherapie verfügt. [Weiterlesen...](#)

Leiden Sie unter belastenden, traumatischen Erfahrungen, unbewussten Konflikten, unter Ängsten oder Phobien? Benötigen Sie deshalb schnelle Unterstützung? Ich werde Ihnen einfühlsam und verständnisvoll helfen. Als Heilpraktiker für Psychotherapie (HPG) verfüge ich über viele Erfahrungen im Umgang mit psychischen Belastungen und über einen umfangreichen Ausbildungs-hintergrund. Ich arbeite mit Elementen des systemischen Coachings, mit der neurolinguistischen Psychotherapie, mit [EMDR](#), mit [EMI](#), mit Hypnosetechniken u.v.m. In einem telefonischen Vorgespräch besprechen wir alle Modalitäten. Im Rahmen einer einzigen [Therapieeinheit](#) können sich viele positive Veränderungen ergeben, die ihr Leben nachhaltig positiv beeinflussen! Kennen Sie übrigens EMDR? [Weiterlesen...](#)

<p>Aktuell: Jetzt neu im Buchhandel! Mein neues Buch: „Ohne Ziel passiert nicht viel!“</p>	<p>Aktuelles</p>						
<p>"Ohne Ziel passiert nicht viel! Wie du deinen inneren Schweinehund besiegst und Schieberitis überwindest" Hier bestellen: 1. Direkt beim Verlag bestellen. 2. Direkt bei Amazon bestellen. Informationen zum Buch: Warum sind manche Menschen erfolgreicher a... Weiterlesen</p>	<p>Den inneren Schweinehund besiegen: Das Seminar in Berlin</p> <table border="1"> <tr> <td data-bbox="826 790 938 875"></td> <td data-bbox="938 790 1469 875">Berlin</td> </tr> <tr> <td data-bbox="826 875 938 1048"></td> <td data-bbox="938 875 1469 1048">Freitag/Samstag oder Samstag/Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr</td> </tr> <tr> <td data-bbox="826 1048 938 1133"></td> <td data-bbox="938 1048 1469 1133">zu den Terminen</td> </tr> </table>		Berlin		Freitag/Samstag oder Samstag/Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr		zu den Terminen
	Berlin						
	Freitag/Samstag oder Samstag/Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr						
	zu den Terminen						