

Über mich



Friedhelm Sommerland

„Erfahrung ist wie eine Laterne im Rücken: Sie beleuchtet immer das Stück des Weges, das wir bereits hinter uns haben.“
– Konfuzius

Also ging ich diesen Weg entlang: Er begann in der Dunkelheit. Die Furcht war groß. Doch überall ragten helfende Hände empor. In schweren Momenten erschienen Lichter, kaum heller als kleine Sterne am Firmament. Doch sie waren hell genug, um mir den Weg zu weisen. Gelegentlich folgte ich Irrlichtern, die mich in berufliche Situationen führten, in denen ich augenscheinlich erfolgreich war, aber ich stiftete keinen Nutzen. Doch umsonst waren auch diese Wege nicht. Wichtige

Erfahrungen und berufliche Qualifikationen (Bankfachwirt, 2003) sind damit verbunden. Und die Erkenntnis, dass es Menschen gibt, die durch berufliche Umstände in Situationen geraten, in denen sie Unterstützung brauchen. Krisen sind Chancen: Sie brachten mich dazu, meinen Weg zu überdenken und meine Handlungen zu reflektieren. Neue Weggabelungen boten mir Möglichkeiten an. Mit dem Beginn meiner Ausbildung zum zertifizierten Kommunikationstrainer im Jahr 2003 begann die Veränderung. Lebensmotivanalyse, Selbstreflexionen und Perspektivenwechsel waren die Schlüssel dazu. Bald war klar: Das Seelenleben des Menschen hat es mir angetan. Nach sechsjähriger Ausbildung erfolgte 2009 die Ernennung zum Lehrtrainer für [Neuro-Linguistisches Programmieren \(NLP\)](#) nach den Richtlinien des DVNLP e.V. Weitere Ausbildungen folgten: [Hypnose](#) (2009), [EMDR](#) (2010), Heilpraktiker für Psychotherapie (2010). Mein [Buch „Sold out! Der ausgebrannte Verkäufer“](#) (2009) ist die Essenz meiner Beobachtungen zum Thema Erschöpfung im Bank- und Versicherungswesen. Das [Burnout-Syndrom](#), Ängste, Konzentrationsstörungen, Traumata, aber auch die Arbeit an Ressourcen, Glaubenssätzen und Zielen sind seit dem Beginn meiner freiberuflichen Tätigkeit (2008) als Heilpraktiker für Psychotherapie, als Coach und Trainer die Themen, mit denen ich im Dienste des Menschen unterwegs bin. Lassen Sie mich Ihnen helfen. Manchmal verändern nur wenige Stunden Arbeit an sich selbst das gesamte Leben sehr positiv. Ich selbst durfte diese Erfahrung machen. **Führt Sie Ihr Weg zu mir?** Das kann kein Zufall sein!

„Das Leben wird nach Jahren gezählt und nach Taten gemessen.“
– aus China