Ziele erreichen

Ziele erreichen – Friedhelm Sommerland in Berlin

Wer sich inhaltlich noch nicht eingehend mit dem Thema „Ziele ereichen“ befasst hat, mag denken, dass es kein Problem ist, sich Ziele zu setzen und diese zu ereichen. Vielleicht glauben Sie auch, dass es gar nicht nötig ist, sich Ziele zu setzen. Es läuft ja auch so irgendwie. Der amerikanische Zielforscher Prof. Eric Klinger sagt, dass einem Verhaltenssystem, dem keine oder ungeeignete Ziel zugrunde liegen, die Voraussetzungen für ein dauerhaftes Funktionieren fehlen. Tatsächlich setzen wir deutlich mehr Energie frei, wenn wir genau wissen, was wir wollen. Und welche Schritte gegangen werden müssen, um diese Ziele zu ereichen. Erfolgreiche Persönlichkeiten bestätigen immer wieder, dass sie sich klare Ziele gesetzt haben, um erfolgreich zu werden. Aber sie haben noch mehr getan. Sie haben ihr Imaginationsvermögen, also ihre Vorstellungskraft genutzt, um sich in der zukünftigen, erreichten Situation zu sehen. So haben sie ihren Glauben daran gestärkt, dass sie es schaffen werden. Vor allem Leistungs- und Extremsportler arbeiten mit solchen Mentaltechniken.

Wollen auch Sie Umwege vermeiden und auf dem kürzesten Weg an Ihr Ziel gelangen? Die nachfolgenden Themen können dabei im Mittelpunkt stehen:

- kurzfristige Ziele erreichen
- mittel- und langfristige Ziele planen und vorab mental umsetzen
- den ungeliebten Job los werden
- die wahre Berufung finden

- die Karriere ankurbeln
- den Lebensweg planen
- ein erfolgreiches Leben voller Liebe, Glück, Harmonie und Gesundheit führen

Im Bereich „Ziele erreichen“ arbeite ich vorrangig mit den Methoden des Neuro-Linguistischen Programmierens (NLP). Auf Wunsch und bei Bedarf können wir auch mit Hypnosetechniken arbeiten. Diese sind in diesem Zusammenhang ebenfalls sehr hilfreich. In den letzten Jahren hat sich gezeigt, dass auch das EMDR, dass normalerweise aus der Trauma-Therapie stammt, sehr hilfreich sein kann, um Ressourcen zu aktivieren. Ich verfüge über einen gut ausgestatteten Handwerkskasten und setze die verschiedenen Methoden gerne flexibel ein. Mein 2-Tages-Seminar „Begegnungen mit dem inneren Schweinehund“ ist ebenfalls gut geeignet, um sich mit der Ziele-Thematik intensiv auseinanderzusetzen (http://www.sommerland-berlin.de/schweinehund-seminar/). Ein anschließendes Einzelcoaching könnte die Sache für Sie rund machen!

Ihre Vorteile:

Sich angemessene und erreichbare Ziele zu setzen, kann und wird Ihr Leben sehr positiv beeinflussen. Derartige Investitionen zahlen sich aus. Manchmal zeigt sich die endgültige Wirkung erst nach vielen Jahren, dann aber oft besonders kraftvoll. Ich selbst habe bereits vor über 20 Jahren begonnen, mit solchen Methoden zu arbeiten und profitiere noch heute davon. In meinen Seminaren erzähle ich manchmal die eine oder andere Anekdote zu diesem Thema. Die Teilnehmer sind fast immer überrascht von den möglichen Ergebnissen einer klaren Zieldefinition und der damit verbundenen Zielimagination.

Coaching oder Therapie in Berlin?

Das Thema „Ziele erreichen“ ist dem Bereich Coaching zu zuordnen. Insofern werden diese Leistungen zuzüglich Umsatzsteuer abgerechnet. In Ausnahmefällen kann es vorkommen, dass während der Arbeit Blockaden oder unbewusste Konflikte zu Tage gefördert werden, die auch als sogenannte „Störung von Krankheitswert“ zu bezeichnen sind. Für diese Fälle verfüge ich über eine sogenannte Heilerlaubnis als Heilpraktiker für Psychotherapie. So darf ich die Arbeit, Ihr Einverständnis vorausgesetzt, weiterführen und das entsprechende Honorar umsatzsteuerfrei berechnen. Welche Kosten insgesamt anfallen, erfahren Sie im Preisverzeichnis.

Sind Sie bereit für einen Termin in Berlin?

Warten Sie nicht mehr länger, Ihr Glück entschlossen und vollständig im Hier und Jetzt zu verursachen. So, wie auch der Bauer im Herbst das erntet, was er im Frühjahr ausgesät hat, werden auch Sie die Früchte Ihrer „geistigen Saat“ früher oder später ernten können. Die Investition lohnt sich! Rufen Sie mich an oder senden Sie mir eine E-Mail. So lernen wir uns kennen und können alles Weitere besprechen.

- NLP
- EMDR
- Hypnose