

Sehr geehrte Damen und Herren

Unser Newsletter für Sie: „Kurs halten“ im August 2010

Ziele erreichen

Voller Energie sein. Spaß im Beruf haben. Gerne zur Arbeit gehen. Leistungsfähig sein. Neue Ideen einbringen. So sind Menschen, die Ihre Berufung zum Beruf gemacht haben. Sie kennen, verfolgen und erreichen ihre Ziele. Sie haben ein stabiles Selbstbewusstsein. Im Beruf und Privatleben sind diese Menschen ausgeglichen, begeistern andere und haben eine große Anziehungskraft.

Erfahren Sie in unserem Newsletter, wie auch Sie Ihre Ziele erreichen und Ihren Beruf zur Berufung machen können. Viel Spaß beim Lesen wünschen Ihnen

Thomas Lange und Sandra Maier

Aus dem Leben

Veränderung beginnt mit dem ersten Schritt

Vor einigen Wochen kam Matthias M. (Name geändert), 45 Jahre, zu einem Coaching mit dem Ziel, Spaß und Erfolg im Beruf zu haben. Er verdiene gut, aber motiviert gehe er schon lange nicht mehr zur Arbeit. Er mache einfach nur seinen Job. Morgens quäle er sich eher aus dem Bett und freue sich am Montag bereits auf das Wochenende. Er arbeite oft bis spät Abends. Seine Freundin sehe er dabei nur am Wochenende. Im Gespräch berichtet Matthias M., dass sich seine Jobs so ergeben haben. Die Perspektive und die Gehaltsentwicklung waren dabei immer recht gut. Überlegt habe er nie wirklich, was der passende Job für ihn sei. Heute frage er sich, ob es das alles gewesen sein kann. Über seine Ziele, beruflich und privat, hat Matthias M. sich bisher kaum Gedanken gemacht.



Matthias M. steht mit dieser Frage nicht alleine da.

Heute hat Matthias M. sein Ziel vor Augen. Er hat mit Hilfe des Coachings seine Stärken herausgefunden. Und zwar sind es nicht die Stärken, die er idealerweise haben sollte, sondern die Stärken, die er hat. Im Coaching wurde Matthias M. bewusst, wofür sein Herz brennt und was ihn bisher davon abgehalten hat, seinen Weg zu gehen. Mit neuen Ressourcen ausgestattet und einem erweiterten Bewusstsein ist Matthias M. in seine Heimatstadt Würzburg gezogen. Seine Erfahrungen als Rechtsanwalt und sein Spezialwissen im Patentrecht bietet er heute international in einer kleinen Sozietät in Würzburg an. Matthias M. möchte die Kanzlei noch ausbauen. Gleichzeitig kann er sein Leben zum ersten Mal richtig genießen und er macht das, was ihm Spaß macht.

Wie begeistert und motiviert sind Sie, wenn Sie morgens zur Arbeit gehen?

Vom Problem zur Lösung

Menschen sind viel zu oft am Problem orientiert. Problemorientierung wird auch als Schuldrahmen bezeichnet. Mit der Frage „Warum habe ich diese Problem?“ gelangen Sie nur tiefer in das Problem hinein. Am Ende fühlen Sie sich wahrscheinlich schlechter als zu Beginn. Diese Strategie führt keines Falls zur Lösung des Problems. Gehen Sie daher zielorientiert vor. Ziele sollen realistisch, motivierend und erreichbar sein. Finden Sie heraus, was Sie wollen.

Nutzen Sie folgende Fragen zum zielorientierten Denken:

- Worauf bewege ich mich zu?
- Warum bewege mich dahin?
- Wie komme ich dahin?
- Was ist, wenn etwas schief geht?

Hürden auf dem Weg zum Ziel

Zuweilen merken wir, dass wir einem Ziel nicht wirklich näher kommen. Wir setzen uns nicht voll engagiert für unser Ziel ein. Dann glauben wir lediglich, dass wir ein Ziel haben. Dann stehen manchmal Verhaltensmuster unserem Ziel im Weg. Oder Einwände hindern uns daran, das angedachte Ziel zu verfolgen. Vielleicht kollidiert unser Ziel auch unbewusst mit einem unserer Werte.



Inwieweit wir ein Ziel oder nur Wunsch haben bzw. was uns daran hindert, unser Ziel zu erreichen, können wir gemeinsam mit Ihnen in einem persönlichen Coachinggespräch herausarbeiten. Dann können berufliche und private Ziele konkretisiert und mit Handlungen verbunden werden.

Events und Termine?

Unter [Events und Termine](#) finden Sie unsere Veranstaltungen rund um das Thema Coaching. Erleben Sie ganz persönlich und hautnah Coaching. Die Menschen stehen bei uns im Mittelpunkt. Die Kommunikation, das gemeinsame Erleben, der Austausch von Alltagssituationen und Lebenserfahrungen.

Was können wir für Sie tun?

Weitere Informationen unter www.thomas-lange.com

Wir können Sie begleiten, Ihnen wertvolle Tipps auf dem Weg zu Ihrem Glück geben. Das ist für uns Motivation und Vision zugleich. Wir freuen uns auf Ihren Anruf: 069/2424 9754, Sandra Maier.

Gerne können Sie uns auch eine E-Mail zusenden über unser [Kontaktformular](#) oder direkt an [unsere E-Mailadresse](#).



Leiten Sie diesen Newsletter einfach auch an Ihre Freunde, Bekannte und Kollegen weiter.

Copyright 2010

Anbieterkennzeichnung:
Thomas Lange
Coaching & Consulting
Münchener Straße 37
60329 Frankfurt
Telefon: 069 - 2424 9754
E-Mail: info@thomas-lange.com
Umsatzsteuer-Identifikationsnummer gemäß § 27 a Umsatzsteuergesetz: DE 260559120