

MEINE

WELT DER  
*Chancen*



Der eBook-Kurs für Selbstentdecker



**WAS WÄRE, WENN DU PLÖTZLICH WEIßT,  
WAS DU WILLST?  
SCHRITT FÜR SCHRITT IN EIN SCHÖNERES LEBEN!**

**STEFFI LOSERT**

## COPYRIGHT

„Meine Welt der Chancen

- Der eBook-Kurs für Selbstentdecker“

© Steffi Losert

Alle Inhalte dieses E-Books sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, auch die der Übersetzung, des Nachdrucks, der Vervielfältigung, der Verbreitung, vorbehalten. Der Inhalt dieses Buchs darf nicht ohne vorherige schriftliche Genehmigung der Autorin, auch nicht unter Verwendung elektronischer Systeme, reproduziert, kopiert, **weitergegeben**, verarbeitet oder weiterverkauft werden.

MEINE  
WELT DER  
Chancen 

**DER EBOOK-KURS FÜR SELBSTENTDECKER**

**Inhaltsverzeichnis**

VORWORT.....	5
ÜBER DIESEN EBOOK-KURS .....	7
DIE GRUNDIDEE.....	7
WAS GENAU PASSIERT IN DIESEM EBOOK-KURS?.....	8
ÜBER DIE EINZELNEN KAPITEL.....	10
WIE ARBEITEST DU AM SINNVOLLSTEN MIT DIESEM EBOOK-KURS?.....	10
KAPITEL 1 WER BIST DU EIGENTLICH? .....	13
AUFGABE 1: WARUM MACHST DU DIESEN KURS? .....	13
WIEDERKEHRENDE AUFGABE: DIE META-EBENE.....	15
AUFGABE 2: WAS MACHST DU EIGENTLICH DEN LIEBEN LANGEN TAG? .....	17
AUFGABE 3: DIE ANALYSE.....	19
AUFGABE 4: DEINE ZIELE FÜR DIESEN KURS: .....	22
AUFGABE 5: WAS INTERESSIERT DICH? .....	23
AUFGABE 6: ERKENNTNISSE AUS DEM HALBSTUNDEN-TAGEBUCH .....	26
AUFGABE 7: KONTEMPLATION ODER NICHTS TUN.....	27
AUFGABE 8: WAS KANNST DU UND WAS MACHT DIR SPAß? PART I.....	29
AUFGABE 9: WELCHE (BERUFLICHEN) TÄTIGKEITEN MACHEN DIR SPAß? PART II .....	32
AUFGABE 10: DEIN SELBSTBILD – WAS MACHT DICH AUS? .....	35
AUFGABE 11: DEIN SELBSTBILD – WAS STEHT DIR IM WEG? .....	37
AUFGABE 12: DAS FREMDBILD – WIE NEHMEN DICH ANDERE WAHR? .....	38
AUFGABE 13: DEIN NEUER MENTOR .....	40
FAZIT ZU KAPITEL 1 .....	43
KAPITEL 2 ZEITMANAGEMENT FÜR JEDERMANN .....	44
LEKTION 1: FASSE GLEICHE DINGE ZUSAMMEN.....	44
LEKTION 2: NUTZE WARTZEITEN UND LEERE ZEITEN.....	46
LEKTION 3: LASS DIR HELFEN .....	48
LEKTION 4: TOP 3 DES TAGES ODER: DIE PROKRASTINATION IN DIE PFANNE HAUEN .....	50
LEKTION 5: ZEITDIEBE ERKENNEN UND ELIMINIEREN .....	52
LEKTION 6: DAS TIMER-PRINZIP.....	54
LEKTION 7: ZEIT FÜR DICH .....	56

<b>KAPITEL 3 GLAUBENSsätze</b> .....	59
<b>ÜBUNG 1: GLAUBENSsätze ERKENNEN – TEIL I</b> .....	64
<b>ÜBUNG 2: GLAUBENSsätze ERKENNEN – TEIL II</b> .....	65
<b>ÜBUNG 3: GEDANKEN WAHRNEHMEN</b> .....	66
<b>ÜBUNG 4: ERWARTUNGEN AN DICH</b> .....	69
<b>ÜBUNG 5: GLAUBENSsätze ENTSCHÄRFEN</b> .....	73
<b>ÜBUNG 6: LÖSUNGEN FINDEN</b> .....	74
<b>ÜBUNG 7: WAS WÄRE WENN – ODER DER REALITÄTSCHECK</b> .....	75
<b>KAPITEL 4 FREUNDE</b> .....	79
<b>ÜBERLEGUNG 1: MIT WEM UMGIBST DU DICH EIGENTLICH?</b> .....	80
<b>ÜBERLEGUNG 2: MEIN NEUER DURCHSCHNITT</b> .....	84
<b>ÜBERLEGUNG 3: WAS PASSIERT MIT PERSON XY?</b> .....	85
<b>KAPITEL 5 RESÜMEE UND UMSETZUNG</b> .....	90
<b>FINALE AUFGABE 1: DEIN WESENSKERN</b> .....	91
<b>FINALE AUFGABE 2: UMSETZUNG – LIGHT</b> .....	92
<b>FINALE AUFGABE 3: WIE DU DEINE ZIELE ERREICHST</b> .....	94
<b>FINALE AUFGABE 4: DER GROßE PLAN</b> .....	102
<b>FINALE AUFGABE 5: DER PLAN</b> .....	104
<b>FINALE AUFGABE 6: DIE UMSETZUNG</b> .....	106
<b>EIN KURZES SCHLUSSWORT</b> .....	108

## VORWORT

Als ich sechzehn Jahre alt war, hat mein Vater mich gefragt, was ich denn gerne beruflich machen wolle. Trotz kompletter Ahnungslosigkeit ist mir sofort in den Kopf geschossen: „Ich will auf keinen Fall jeden Tag ins gleiche Gebäude laufen müssen!“.

In meiner Abiturzeitung hab ich unter Berufswunsch geschrieben: „Strandbarbesitzer in der Südsee.“

Ich komme aus einem Elternhaus, das in Bezug auf Arbeitsleben und Lebensführung doch recht konservativ ist. Der große Rebell war ich nicht, von daher habe ich brav Abi gemacht, studiert und einen Job in einer Unternehmensberatung angenommen. Ich wäre nie auf die Idee gekommen, tatsächlich diese Strandbar zu eröffnen oder als Tauchlehrer in der Südsee zu arbeiten. Oder einen anderen ungewöhnlichen Weg einzuschlagen. Oder einfach das zu machen, was ich wirklich wollte.

Das Problem war, ich wusste gar nicht, was ich wirklich wollte. Also bin ich blindlings den allgemeinen Anforderungen gefolgt. Eines führte zum anderen und plötzlich saß ich in dieser Unternehmensberatung, arbeitete für die neue Villa eines cholerischen Chefs, tauschte sinnlose Worte und Zahlen mit einem Computer oder einer identitätslosen Person, verbrachte die sonnigsten und schönsten Tage in einem missmutigen Büro anstatt am See um die Ecke die Natur zu genießen und verzweifelte am Gedanken, dass ich bis zum Alter von 67 keinen Ausweg aus dieser immensen Zeitverschwendung finden würde. Mein Leben war besiegelt.

Wir haben jetzt Februar 2017. Ich sitze bei angenehmen 27 Grad auf einer Bank an einem idyllischen Fluss in Australien. Sechs Monate reisen liegen hinter mir, sechs Monate vor mir. Und darüber hinaus blicke ich ausgesprochen zuversichtlich in die Zukunft. Gerade habe ich diesen eBook-Kurs zu Ende geschrieben, fühle mich bis zum Bersten erfüllt vom Leben und weiß, dass ich dir helfen werde, auch ein erfüllteres Leben zu führen. Ich arbeite hier nicht, obwohl man es per Definition schon so nennen würde. Also gut, ich sitze hier und arbeite. Es fühlt sich nicht so an. Und wenn ich wollte könnte ich jetzt irgendetwas anderes machen, wonach mir der Sinn stehen würde. Gerade steht mir der Sinn danach, dir zu sagen, dass dein Leben, so wie es ist, nicht besiegelt ist. Du kannst es selbst besiegeln. So wie ich auch; dafür bedarf es keiner besonderen Umstände oder Fähigkeiten.

Wie kam es also bei mir dazu?

Der einzig positive Aspekt der Unternehmensberatung war meine Ausbildung zur Trainerin, die ich dort gemacht habe. Nach ungefähr eineinhalb Jahren hat es gereicht und ich habe mich (zugegebenermaßen etwas überstürzt) selbständig gemacht. Zur finanziellen Absicherung habe ich freiberuflich für Bildungsträger gearbeitet, eineinhalb Jahre als Pokerprofi gearbeitet, weil die Bildungsträger auch nicht das Gelbe vom Ei waren, dann meinen eigenen Bewerbungsservice gegründet, und mich auf Coachings im Bereich Karriere und Persönlichkeitsentwicklung spezialisiert. Und mit der Naturtalent-Stiftung habe ich 2013 ein tolles Projekt gefunden, in dem ich mit Schülern und Studenten in Seminaren und Einzelcoachings deren wahre Berufung herausarbeite. Also nicht nur ein Studienfach oder einen Beruf nach Noten auswähle, sondern die ganze eigene Person analysiere, Bedürfnisse und Talente mit ihnen erforsche. Für die NaturTalent-Stiftung halte ich auch Vorträge. Ein für mich bis dahin neuer aber mittlerweile sehr geliebter Bereich!

Endlich war ich durch das Prinzip Trial-and-Error zu einer sinnvollen Aufgabe gekommen, die mir richtig Spaß machte, gutes Geld und viel Freizeit brachte.

Zu viel Freizeit. Ende 2014 bin ich in ein tiefes Loch gestürzt. Zwischen Weihnachten und Mitte Januar hatte ich weder Coachings noch Termine für die NaturTalent-Stiftung. Und auch

nichts zum Vorbereiten. Und kein Bedürfnis nach Urlaub, da ich eh so viel Freizeit hatte. Ich hatte einfach nichts Sinnvolles zu tun.

Obwohl es beruflich und in Bezug auf meine Lebensführung eigentlich super lief, hat mir etwas gefehlt. Eine Perspektive und Herausforderungen, etwas worauf ich hinarbeiten konnte.

Ich hatte einige meiner vagen Träume erreicht, aber das konnte nicht alles sein. Schon wieder der Gedanke: „Das soll ich jetzt so bis zur Rente machen?“.

Und zum ersten Mal habe ich das einzig richtige getan. Was ich schon mit 18 oder 24 oder 30 hätte tun sollen. Und zwar genau das, was ich mit meinen Klienten und Schülern auch mache.

Ich habe die Zeit genutzt, um mir endlich mal Gedanken darüber zu machen, was ich eigentlich genau will. Wer bin ich? Was macht mir Spaß? Was kann ich richtig gut? Was brauch ich im Leben? Wie möchte ich mein Leben optimaler Weise führen? Was ist mir wichtig? Woran sollte ich arbeiten? Was steht mir im Weg?

Genau wie ich es meinen Klienten predige, habe ich angefangen zu schreiben. Ich habe alle Antworten auf diese Fragen aufgeschrieben. Und geschrieben und gegrübelt und geschrieben und noch mehr gegrübelt. Ich habe alles bis ins Kleinste analysiert. Und allmählich hat sich herauskristallisiert, was ich eigentlich will. Und ich bin aus meinem Loch gekrochen und habe begeistert angefangen die ersten Schritte in die richtige Richtung zu gehen. Klar, dass ab und zu immer noch was schief läuft oder nicht so schnell vorangeht, wie ich das gerne hätte. Dennoch war ich noch nie so zufrieden, zuversichtlich, voller Pläne und Erfolge wie seit diesem „Selbstcoaching“.

Diese Gedanken aus meinen Teenagerjahren mit der Südsee und dem täglichen Gang ins selbe Gebäude haben sich bis heute gehalten. Ich hatte nie wirklich das Bedürfnis eine Strandbar zu eröffnen. Aber der Kern dahinter stimmt. Was sich mir erst durch die intensiven Überlegungen erschlossen hat. Ich hasse das triste Winterwetter, ich suche einen Weg ihn zu umgehen. Das kam mir bisher als unerreichbare Spinnerei vor. Ist es nicht mehr, da ich es zu meinem Ziel gemacht habe, den kalten Wintern in Deutschland aus dem Weg zu gehen. Hatte ich erwähnt, dass es gerade Februar ist und ich nicht friere? Die Strandbar steht dafür, dass ich mein eigener Chef sein will. Die „Gebäude“, dass ich mir aussuchen können möchte, wo und wann ich arbeite. Dieses „Loch“ zwischen den Jahren kam daher, dass ich nichts hatte, was meine kleinen, grauen Zellen herausgefordert hätte. Dabei lechzen sie doch danach! Und das sind nur ein paar wenige Dinge, die mir klar geworden sind und dadurch zu einem ernstzunehmenden Ziel.

Über Psychologen wird oft gesagt, dass sie sich nur deswegen für diese Fachrichtung entschieden haben, weil sie endlich ihre eigenen Probleme verstehen und lösen möchten.

Vielleicht stimmt das ja und vielleicht passt das auch auf Coaches. Hauptsache es funktioniert am Ende für alle!

Ich wünsche dir so viel Freude am Selbst-Kennenlernen wie ich sie hatte. Ich wünsche dir Begeisterung und Mut für deinen neuen Weg. Denk dran, es liegt an dir, die Richtung für dein Leben festzulegen. Geh die Schritte in deinem Tempo, aber geh los!

Steffi Losert  
Telegraph Point, Australien  
01. Februar 2017

## ÜBER DIESEN EBOOK-KURS

### DIE GRUNDIDEE

Bevor es richtig losgeht, starten wir direkt mit einer Übung zum warm werden. Wie beim Sport mögen es nämlich auch die kleinen, grauen Zellen nicht, wenn sie sich eine Zerrung holen. Bändige also noch kurz deine Neugier auf die weiteren Inhalte und leg mit unserer Aufwärmübung los. Sie ist wichtiger als meine locker-flockige Beschreibung es auf den ersten Blick vermuten lässt.

Öffne das Arbeitsblatt „Aufwärmübung“ und beschreibe mit ein paar Stichworten, was du dort siehst. Alles, was dir dazu einfällt. Mach keine Raketenwissenschaft daraus aber gib dir trotzdem etwas Mühe. Und lies hier erst weiter, wenn du fertig bist.

Fertig? Super, dann schauen wir mal an, was du gesehen hast.

Schummeln zählt nicht. Erst weiterlesen, wenn du die Übung wirklich gemacht hast!

Was also hast du gesehen/notiert?

- Schwarzer Punkt
- Schwarzer Kreis
- Fleck im Nichts
- Nicht viel
- Der schwarze Punkt ist 13,3 cm vom rechten Rand und...
- Philosophische Abhandlung über den Sinn von Wurmlöchern
- Was für ne dämliche Übung, ich bin doch hier nicht bei der Psychoanalyse

Die ersten beiden Stichpunkte hast du sicherlich auch dabei. Ist ja auch richtig so! Wahrscheinlich hast du einige Assoziationen aufgeschrieben, an die dich der schwarze Punkt erinnert. Das ist eine ganz normale Herangehensweise an diese Übung. Ich habe nur sehr selten erlebt, dass jemand auf diese Aufgabe hin angefangen hat, das zu beschreiben, was viel offensichtlicher zu sehen ist. Das, wovon viel mehr vorhanden ist. Vielleicht schaust du gerade nochmal auf das Arbeitsblatt und suchst, wovon ich rede.

Da ist eine riesengroße weiße Fläche 😊 Aus irgendeinem Grund gehen wir bei der Fragestellung davon aus, dass wir den schwarzen Punkt beschreiben sollen. Aber warum? Und was hat das mit diesem Kurs zu tun?

Du siehst diesen schwarzen Punkt, weil er offensichtlich ist. Er ist so offensichtlich wie viele Dinge in deinem Leben: deine Probleme, deine Lebensumstände, deine Möglichkeiten, die dir offen stehen, deine Fähigkeiten, deine Talente, deine verfügbare Zeit.

Momentan siehst du das alles aus dieser offensichtlichen Perspektive. Der Perspektive deines Alltags, deiner Erfahrungen, deiner Gewohnheiten, der Menschen, die dich umgeben. Diese Perspektive ist nicht richtig oder falsch. Sie ist nur etwas klein.

Was wir in diesem eBook-Kurs zusammen machen werden, ist das gleiche, das du gerade mit der ersten Übung gemacht hast. Nur, dass ich dir dabei helfen werde, all das ganz genau zu betrachten, was noch auf dem Papier vorhanden ist, außerhalb des schwarzen Punktes. Wir werden uns vorsichtig aber intensiv der großen weißen Fläche nähern. Du wirst viele Fragen über dich beantworten und ich helfe dir, die Antworten im weißen Bereich zu suchen. Und die Verbindung zum schwarzen Punkt zu sehen.

## WAS GENAU PASSIERT IN DIESEM EBOOK-KURS?

Es gibt zwei Kerngedanken, die hinter deiner Entscheidung stehen, diesen eBook-Kurs durchzuarbeiten:

1. Du bist unzufrieden oder unglücklich mit deiner aktuellen Situation und
2. suchst einen Weg, dich selbst besser kennenzulernen, um eine neue Richtung einschlagen zu können.

Wir werden uns deswegen in diesem Kurs darauf konzentrieren, wer du bist, was dich ausmacht, was deine eigentlichen Bedürfnisse sind und was dich in deinen persönlichen Flow-Zustand bringen kann. Dadurch wird sich herausstellen, was du vermehrt in dein Leben holen musst.

Zusätzlich werden wir uns auch die Punkte anschauen, die nicht so rund laufen und Lösungsansätze finden. Wir werden einige Dinge ausgraben, die dir jetzt noch nicht bewusst sind.

Und vor allem werden wir anfangen, deine Gedanken und Handlungen dahin zu bringen, wo sie auf Autopilot die richtigen Entscheidungen treffen, immer mehr Chancen wahrnehmen und nicht mehr so viel zögern und grübeln, was zu tun ist, sondern wirklich etwas tun.

Schon Buddha hat für den Weg zur Erleuchtung die „4 edlen Wahrheiten“ befolgt. Auch wenn er es etwas spiritueller formuliert hat, geht es im Kern darum,

- ein Problem zu benennen,
- seinen Ursprung auszumachen,
- festzulegen, was das Problem lösen würde und
- letztendlich Schritte zur Lösung zu erarbeiten und sie umzusetzen.

Jedes moderne Coaching (sogar die Psychotherapie) ist nach diesem Prinzip aufgebaut. Dieser eBook-Kurs auch.

Die wahre Erleuchtung erlangen viele Buddhisten trotz der „4 edlen Wahrheiten“ dennoch nicht. Es ist eben ein intensiver Weg. Auch wenn sie den letzten Schritt in das klare Licht der Weisheit nicht erreichen, führt sie der Weg dorthin, zu vielen Stationen, die sie ein nachhaltig glücklicheres und zufriedeneres Leben führen lassen. Mit jedem Schritt holen sie mehr Zufriedenheit in ihr Leben.

Mit jeder Erkenntnis, die du durch diesen eBook-Kurs erlangst, gehst du einen dieser Schritte auf das Licht zu. Oder um die spirituelle Sprache hinter uns zu lassen: Mit jeder Erkenntnis wird dein Leben ein kleines bisschen glücklicher werden.

Natürlich ist die vollendete Zufriedenheit ein erstrebenswertes Ziel. Einerseits ist der Weg dorthin schon glückbringend. Andererseits ist es wichtig, sich fortwährend mit den einzelnen Schritten zu beschäftigen; damit sie im Geist bleiben und damit an den richtigen Stellen nachjustiert werden kann. Deine Lebensumstände werden sich ändern, du wirst dich ändern mitsamt deinen Bedürfnissen. Wieso also von heute an einem Ziel nacheifern, dessen Bedeutung sich für dich in zwei Jahren schon wieder geändert haben mag? Oder sogar nach diesem Kurs.

Dieses Bewusstsein ist für deinen Erfolg bei der Veränderung unersetzbar. Du musst für dich akzeptieren, dass die Veränderung nicht an einem Tag passieren wird und auch nicht wenn du diesen eBook-Kurs oberflächlich durchliest und dir nur ein paar Notizen machst. Selbst wenn du den eBook-Kurs intensiv bis zum Ende durcharbeitest, wird es (zunächst) keine 180 Grad Wendung geben. Zumindest nur selten. Ich sage das so offen, weil es in der Coaching-Literatur so viele „Heilsversprechen“ gibt, die im Endeffekt niemand halten kann.

Es werden sich während des Kurses definitiv Veränderungen bei dir einstellen. Du wirst merken wie du achtsamer wirst; manche Probleme werden sich dadurch schon relativieren. Du wirst ganz automatisch ein Bewusstsein dafür entwickeln, was dir gut tut und was nicht. Und ich werde dir Tools an die Hand geben, mit denen du langfristig die großen Veränderungen umsetzen kannst. Bleib motiviert und geduldig; es wird sich lohnen!

Vielleicht bist du an einem Punkt in deinem Leben, an dem du für dich merkst, dass es so nicht weitergehen kann. Vielleicht bist du sogar bereit einen ganz großen Schnitt zu machen und neu anzufangen. Einmal Reset drücken und von vorne loslegen.

Das wäre ein Schritt, der viel Mut erfordert aber für jeden eine Option sein sollte. Später kommen wir auch noch auf einschränkende Glaubenssätze zu sprechen. Das sind genau die Dinge, die du jetzt im Kopf aufzählst, warum der große Schnitt bei dir nicht möglich wäre. Aber wie gesagt, dazu später mehr.

So sehr ich diesen Cut unterstütze, so wichtig ist es mir, dass du ihn nicht ganz unüberlegt vollziehst.

Stell dir vor du kündigst Job und Wohnung, verkaufst was du besitzt, um in der Wildnis Kanadas in einer kleinen Hütte zu leben und als Selbstversorger glücklich zu werden. Kein Stress, kein Lärm, keine nervigen Kollegen, keine Verpflichtungen, keine Geldsorgen. Klingt unglaublich idyllisch und erstrebenswert. Aber wer weiß, was du vermissen würdest? Ohne deine wahren Bedürfnisse zu kennen, kann dich so ein Schritt ganz leicht in die nächste Krise stürzen.

Wir neigen dazu, uns wildromantische Vorstellungen von einem glücklicheren Leben zu machen ohne durchdacht zu haben, ob das auf Dauer wirklich zu uns passt.

Es muss auch gar nicht die Hütte in der Wildnis oder auf einer Südsee-Insel sein. Vielleicht spielst du eher mit dem Gedanken beruflich nochmal von vorne anzufangen und durchzustarten. Ein Studium oder eine Ausbildung machen. Bei Vati und Mutti auf den Speicher ziehen, um das finanzieren zu können. Oder eine berufsbegleitende Geschichte.

Auch hier steh ich wieder voll dahinter. Gerne auch mit 45. Alles ist möglich. Hau rein! Aber bitte aus dem richtigen Grund.

Oft glauben Leute, die eine Ausbildung gemacht haben, dass der große (finanzielle) Erfolg von alleine kommt, wenn sie erstmal ein Studium abgeschlossen haben. Daran liegt es nur selten. Ein paar Euro mehr werden danach schon auf dem Konto sein, aber die große Erfüllung wird sich nicht einstellen. Wären sie im ursprünglichen Job leidenschaftlich dabei, bräuchten sie auch das Studium nicht.

Deswegen ist es so wichtig, auch wenn du bereit für den großen Schritt bist, zunächst auszuloten, was genau deine wahren Bedürfnisse sind.

Und da werden wir zusammen ansetzen.

Und anschließend darfst du die großen oder kleinen Schritte gehen. Vielleicht ist es gar nicht die radikale Lösung, die dich weiterbringt, sondern nur eine kleine Veränderung. Vielleicht brodelt aber in deinem „ich will nur ein bisschen mehr Zeit für mich“ schon der Vulkan, der mit einer monströsen Auswirkung explodieren möchte. Wer weiß?

## ÜBER DIE EINZELNEN KAPITEL

**Im ersten Kapitel** geht es darum, dich selbst kennenzulernen. Auch wenn du glaubst, du kennst dich schon ganz gut, bin ich mir sehr sicher, dass du etwas Neues über dich herausfinden wirst. Die einzelnen Aufgaben versuchen dich anzuleiten, etwas tiefer zu graben. Nicht nur die Oberflächlichkeiten aufzuschreiben, sondern dein Denken und Handeln sowie dich als Person mit deinen Bedürfnissen und Fähigkeiten zu hinterfragen und besser zu verstehen. Denk an den schwarzen Punkt.

**Im zweiten Kapitel** wird es dann viel praktischer. Dort lernst du einfache aber sehr effektive Wege kennen, um besser mit deiner Zeit zu haushalten. Keine Angst, es sind keine hochkomplexen Strategien aus dem Management, sondern einfache Dinge, die du ganz leicht in deinen Alltag integrieren kannst. Einmal angewandt, schinden sie quasi mühelos viel Zeit für dich heraus.

**Die Kapitel drei und vier** setzen dort an, wo du vielleicht nicht bewusst ein Problem siehst, wo aber eindeutig der Hebel sitzt, um Probleme zu lösen. Im ersten Kapitel durftest du schon viel grübeln, hier geht es darüber hinaus. Es wird wichtig sein, offen zu sein für ganz neue Perspektiven. Wir werden nämlich versuchen, die Glaubenssätze zu identifizieren, die dich davon abhalten ins Handeln zu kommen oder dich anderweitig in der Unzufriedenheit einsperren.

**Im fünften Kapitel** verschaffst du dir einen Überblick, was du bisher alles herausgearbeitet hast und wir nähern uns allmählich dem Plan für deine zukünftige Umsetzung an. Sollte das Wort „Umsetzung“ schon jetzt ein flaes Gefühl im Magen oder in den Knien bei dir auslösen, möchte ich dich gleich beruhigen. Ich verspreche dir, dass die Umsetzung ein sehr sanfter Weg sein wird, der sich deiner Situation anpasst und nicht zu viel von dir verlangt. Du wirst zunächst lernen, wie man Ziele wirklich(!) erreichen kann ohne sich endlos abzurackern, und ich führe dich zu deinem eigenen Plan für die Zukunft.

Hast du Lust diesen Weg zusammen mit mir zu gehen? Hast du Lust dich selbst besser kennen- und verstehen zu lernen? Und deinem Leben eine neue, schönere Richtung zu geben?

**DANN HOL DIR JETZT DEN KOMPLETTEN EBOOK-KURS!**

Benutze einfach diesen Link:

<http://weltderchancen.de/ebook-kurs>