

Den Bogen gespannt halten!

Ideal, um seine Trainer Identität zu nähren, also den „Bogen gespannt zu halten“ ist es, sich aus dem Wissensspeicher ein Thema heraus zu suchen, das einen interessiert. Um dann jenes Thema aus dem eigenen Blickwinkel heraus zu be- und überarbeiten.

Unten findest du ein Beispiel, wie genial sich das entwickeln kann!

Hey – liebe Trainerin, lieber Trainer, alleine dieser Themenbereich hat Inhalte und Möglichkeit genug in sich, daraus einen Abendkurs oder ein Seminar zu entwickeln. 😊 Vielen Menschen würde ich wünschen, diese Themen von dir vermittelt zu bekommen. PT sein ist erfüllend und GEIL!

Dieter

Aussage - Meinung - Glaube – Überzeugung

Menschen sterben für ihre Überzeugung.

Eine Überzeugung ist Ausdruck der Dir wichtigsten Werte.

Aussagen, Meinungen, sogar Glaubenssätze (AUCH DEINE EIGENEN!) können gegen Deine eigene Überzeugung sein und Du kannst gut damit leben.

Ungemütlich wird es erst dann, wenn Du freiwillig oder unfreiwillig Deine Überzeugung aufgeben willst oder sollst.

Aussage:

nach dem Motto: was schert mich mein Geschwätz von gestern, ist einfach nur so daher gesagt. Doch Vorsicht: Worte wirken weiter!

Meinung:

zeigt Deine (aktuelle) Position zu einer Sache, ist eine Stellungnahme, ist leicht wandelbar, ein einziger "Beweis" genügt und Du änderst Deine Meinung.

Glaubenssatz:

spiegelt in kurzen Sätzen Deine Meinung wieder, so erklärst Du Dir die Welt, ohne weiter darüber nachzudenken, kommen, wie aus der Pistole geschossen, sind allgemeingültig formuliert, oft in der 3. Person (die Welt ist voller ..., Geld verdirbt den Charakter, ...). Werden oft einfach "übernommen" - von Eltern, Umfeld, Medien. Wirken auf der Ebene des Unbewussten, sind ziemlich verfestigt, aber mit etwas Aufwand wandelbar.

Überzeugung:

Du bist Deine Überzeugung und wenn Du Deine Überzeugung lebst/leben darfst, bist Du mit Dir in Einklang.

* Die eigenen Überzeugungen sind gar nicht so leicht zu erkennen. Erst wenn jemand versucht, Dich von etwas zu überzeugen (!), wird klar, was Deine Überzeugung von etwas ist. Seid ihr der gleichen Überzeugung, ist das schnell klar, gibt es unterschiedliche, vielleicht sogar gegenläufige Überzeugungen, kann das anstrengend, sogar schmerzhaft sein! Denn Du bist Deine Überzeugung!

* Eine "Überzeugung" findet immer Argumente zur Untermauerung, mögen sie für einen anderen noch so unlogisch oder gar falsch erscheinen. Deshalb sind auch Diskussionen mit "Überzeugten" (Fanatikern, Verschwörungstheoretikern, Verliebten) so anstrengend bis sinnlos.

* Eine Überzeugung kommt für den Überzeugten (s)einer Wahrheit gleich.

Unten ein Text aus einer Mail meiner wunderbaren Lektorin, nachdem sie die Texte meines neuen Buches: „Zeige dem Leben deine MOVES!“ intensiv lektoriert hatte.

Meine Überzeugung ist (und das ist mir erst jetzt wieder klar geworden), dass etwas, was ich mir wünsche, wofür ich kämpfe, wofür ich Zeit investiere, was ich liebe und wovon ich glaube, dass es etwas ist, wofür ich gemacht bin, was mir also wirklich Freude und Zufriedenheit bringt, nicht unbedingt das sein muss, was mir Geld einbringt/wovon ich leben kann. Ich denke, bis hier sind unsere Überzeugungen noch recht ähnlich

Unsicher werde ich, wenn ich von Dir höre, dass meine Annahme falsch ist, dass ich mit etwas, was ich nicht ganz so gerne mache, Geld verdienen muss, damit ich mit diesem Geld tun kann, was mir von Herzen Freude macht.

Unsicher werde ich, wenn mir meine Freundin sagt, dass ich meine Produkte nur teuer genug anbieten muss, damit Menschen ihren Wert erkennen und sie dann kaufen wollen. Meine Realität liefert mir andere Beweise!

Was mich richtig aus der Bahn wirft und manchmal sogar an mir bzw. am Leben zweifeln lässt, ist, wenn ich glaube herauszuhören oder zwischen den Zeilen lese, dass ich doch „nur“ meine Überzeugung ändern muss und schon ist alles super! So funktioniert das nicht, zumindest nicht für mich, zumindest nicht im Moment. Meine Überzeugung, so falsch sie auch sein mag, hilft mir durch mein

Leben. Ich verliere meinen Halt, wenn ich versuche, einer Überzeugung zu folgen, die nicht die meine ist. Im Moment finde ich keinen Weg, meine Überzeugung zu ändern, nicht, weil ich es nicht wollte, sondern weil ich im Moment nichts finde, was mir Halt gibt, bis meine neue Überzeugung „verfestigt“ ist.

**Durch gelebte MOVES! verfestigt sich die neue Überzeugung.
Also: Halte den Bogen gespannt – Zeige dem Leben deine MOVES!**

**Schön, wenn du bis hierher gelesen hast, liebe/r PT
Du hast damit deine PT Identität genährt.**

**Wie schön.
Dieter**