



Coaching for you



**wünscht frohe Weihnachten und ein glückliches
und erfolgreiches Jahr 2008
mit neuen Zielen und der ganz eigenen
persönlichen Weiterentwicklung/Bestleistung**



Zur Weihnachtszeit wünschen wir sehr oft Gesundheit, Glück und Erfolg für das neue Jahr.

Damit diese Worte nicht nur leere Worte sind oder Worte, die wir versenden, weil es so Sitte ist, möchte ich Ihnen mit diesen Zeilen etwas ganz Besonderes mitgeben, meine ganz persönliche Weihnachtskarte, die Sie auf Ihre ganz eigene Art und Weise unterstützen wird, noch erfolgreicher zu werden und Ihre Ziele zu erreichen.

Ich wünsche Ihnen ERFOLG für 2008, Ihren ganz persönlichen ERFOLG und möchte Ihnen dazu ein paar Worte mitgeben. Ich habe dieses Jahr viel mit Menschen gearbeitet, die Ihre Ziele erreichen, Erfolg haben wollten. Was liegt also näher als eine Mail – einen Newsletter zu diesem Thema zu schreiben. Mein ganz persönliches Erfolgskonzept zu Weihnachten für Sie.

ERFOLG ein Wort, das sicherlich den einen oder anderen bereits beschäftigt hat. Was genau bedeutet Erfolg für Sie? Bedeutet es, die eigenen Ziele zu erreichen, viel Geld zu verdienen, seinen eigenen Weg zu gehen, Zufriedenheit oder Glück? Was genau bedeutet dieses Wort für Sie? Und ist es nicht immer wieder faszinierend, wie selten wir uns bewusst Gedanken machen über die Bedeutung eines einzelnen Wortes?!

Was unterscheidet in Ihren Augen einen erfolgreichen Menschen von einem weniger erfolgreichen Menschen?

Wie der eine oder andere bereits weiß, steht meine Firma unter dem Motto „Erfolg wird im Kopf entschieden - im Business wie auch im Sport“. Was also können wir im Business oder in unserem Alltag vom Sport lernen und was kann der Sport vom Business lernen? Wen halten Sie für einen erfolgreichen Geschäftsmann oder Sportler und was genau macht diesen Menschen aus?

Ich bin mir sicher, viele erinnern sich noch gerne an das Jahr 2006 und die Fußball Weltmeisterschaft im eigenen Land. Das Sommermärchen 2006. Sie haben jetzt vielleicht noch die Bilder vor Augen, Sie denken an all die Emotionen oder haben Xavier Naidoo oder Herbert Grönemeyer im Ohr. Also, was können wir von unserem Nationalhelden Klinsmann lernen? In meinen Augen hat Klinsmann uns im Sport genau das vorgelebt, was auch im Business oder im Privatleben die wichtigsten Punkte für ERFOLG sind.

Was also hat er getan?

Es begann alles mit einer VISION. Und eine solche Vision - IHRE VISION - kann Berge versetzen. Wenn eine echte Vision vorhan-

den ist, wachsen Menschen über sich hinaus.

Was also ist Ihre Vision? Was sind Ihre Träume für Ihr ganz persönliches erfolgreiches Jahr 2008?

Haben Sie jetzt vielleicht ein Bild vor Augen, nehmen Sie ein Gefühl wahr oder schießen Ihnen die verschiedensten Gedanken und Stimmen in den Kopf? Was ist Ihre Vision -Ihr Ziel für das Jahr 2008?

Packen Sie Ihre Vision in ein Bild und füttern Sie es mit Emotionen, mit Leidenschaft und Begeisterung, machen Sie es lebendig. Machen Sie Ihre Vision so greifbar, lebendig und bildlich wie nur möglich.

Spitzensportler arbeiten mit der Kraft der Visualisierung. Vor einem Wettkampf werden dort ganze Filme in Ihren Köpfen abgespielt. Lothar Linz Mentaltrainer der deutschen Hockey Nationalmannschaft: "Die erste Lektion heißt Ziele formulieren und als Bilder verinnerlichen. Denn durch die Visualisierung meines Bildes verankere ich dieses im Unterbewusstsein!"

Wissenschaftler haben bereits mehrfach erwiesen, dass unser Gehirn auf Bilder reagiert. Dabei kommt es nicht darauf an, ob es tatsächliche reale Bilder sind oder ob wir träumen und unseren Wünschen freien Lauf lassen. Die



Coaching for you



**wünscht frohe Weihnachten und ein glückliches
und erfolgreiches Jahr 2008
mit neuen Zielen und der ganz eigenen
persönlichen Weiterentwicklung/Bestleistung**



Psyche macht dabei keinen Unterschied, die vorgestellten Bilder sind dabei genau so real wie die Realität und sie sind genau so mächtig. Die Macht unserer Gedanken ist damit unbegrenzt und wir bringen uns mit diesen Bildern bereits in den richtigen Zustand, auf ERFOLGSSPUR. Also träumen Sie, wünschen Sie und beleben Sie diese Vision mit Ihren Emotionen, mit Ihrer Leidenschaft.

Schon Goethe sagte:

Was auch immer Du tun kannst oder träumst tun zu können, beginne es! In der Kühnheit steckt Schönheit, Magie und Macht!“

Weiterhin stellen Sie sich die Frage, was sind Ihre Werte in dieser Vision? Was sind Ihre Werte in Ihrem Leben? Werden Sie sich Ihrer Werte bewusst und leben Sie sie. Und damit meine ich tatsächlich und jeden Tag. Überprüfen Sie sich und Ihre Mitarbeiter immer wieder, sind meine Werte/ unsere Werte präsent? Und egal ob Sie Geschäftsführer, Existenzgründer sind oder Ihre anderweitigen Talente leben, damit meine ich nicht nur diese Werte am Anfang der Vision festzulegen, aufzuschreiben und an die Wand zu bringen, sondern ich meine Sie zu leben, ihnen Inhalt und Ausdruck zu verleihen. JEDEN TAG!

Der nächste Schritt zum Erfolg ist Fokus und konsequente Verfolgung der Vision. Haben Sie Ihre Vision fest im Blick und arbeiten Sie nachhaltig

an dieser Vision. Überprüfen Sie immer wieder, ob Sie Ihr Ziel vor Augen haben, Ihre Werte leben und ob Sie sich immer weiter in Richtung des gewünschten Zieles bewegen. Fokussieren Sie immer weiter das, was Sie wirklich wollen und bleiben Sie standhaft dabei.

Machen Sie sodann eine Bestandsaufnahme. Wo stehen Sie, wohin soll die Reise gehen. Welche Ressourcen haben Sie bereits? Was sind Ihre Stärken? Lernen Sie Ihre Stärken kennen, fokussieren Sie sich auf Ihre Stärken, bauen Sie sie aus und machen Sie sie noch stärker. Bei dieser Analyse geht es auch darum sich mit den Schwächen auseinander zu setzen. Und natürlich haben wir alle unsere Schwächen, über die man nur ungern redet, geschweige denn sich mit ihnen auseinandersetzen möchte, nicht wahr? Am Liebsten würden wir sie einfach bei Seite schieben, „ausmisten“ oder wegwerfen. Doch Sie gehören zu Ihnen, wie auch Ihre Stärken. Also nehmen Sie sie an. Arbeiten Sie an diesen Schwächen und managen Sie Ihre Schwächen. Holen Sie sich genau die Unterstützung die Sie brauchen, um Ihre Schwächen zu managen. Auch das hat uns mein Freund Klinsmann so wunderbar vorgemacht. Er hat sich für die unterschiedlichsten Bereiche Unterstützung von Außen geholt. Er hat ein TEAM von Trainern zusammengestellt, die seine Vision optimal unterstützt haben.

Vom Konditionstrainer über das amerikanische Fitnessteam bis hin zum Mentaltrainer. Das ist im Sport auf der Tagesordnung und auch im Business ist es bekannt. Ein erfolgreiches Unternehmen sucht sich für die unterschiedlichsten Bereiche genau die „Spezialisten“ die das Ganze weiterbringen und in diesem „schwachen“ Bereich unterstützen.

Also konzentrieren Sie sich auf Ihre Stärken, denn das ist Ihr Potenzial. Managen Sie Ihre Schwächen durch die Unterstützung von Außen die Sie brauchen - durch Spezialisten.

„Was ich heute bin, ist ein Hinweis auf das was ich gelernt habe, aber nicht auf das, was mein Potenzial ist“

Virginia Satire

Entfalten Sie Ihr Potenzial!

Ein weiterer Punkt für Ihren ERFOLG ist die eigene Offenheit. Seien Sie offen für neue Wege, für Dinge, die sie bisher vielleicht noch nicht kennen gelernt haben. Gehen Sie spielerisch damit um. Spielerisch mit einer Leichtigkeit, die wir so gut bei Kindern beobachten können, die gerade etwas Neues lernen. Um seine eigene Vision zu leben, seinen eigenen Weg zu gehen, gehört Mut dazu und die Bereitschaft etwas Neues auszuprobieren. Denn was



Coaching ✓ *for you*



**wünscht frohe Weihnachten und ein glückliches
und erfolgreiches Jahr 2008
mit neuen Zielen und der ganz eigenen
persönlichen Weiterentwicklung/Bestleistung**



früher gut war, muss heute längst nicht mehr angemessen sein. In großen Unternehmen oder auch in der Welt des Business für Einzelpersonen ist es nicht immer leicht, diese neuen Wege zu etablieren und einzubringen. Dennoch gibt es genug Menschen, die uns vorgelebt haben, dass es sich lohnt. Allen voran erst kürzlich Jürgen Klinsmann. Es gab genug Tage an denen seine Vision nicht von allen geteilt wurde. Auch seine Trainingsmethoden wurden nicht von jedem sofort geschätzt. Doch heute gibt ihm der Erfolg Recht und bestärkt mich in meiner Behauptung, Erfolg bedeutet die Bereitschaft auch neue Wege zu gehen. Und bewahren Sie sich diese Offenheit.

Um es mit den Worten von Peter M. Senge, Direktor des 1991 gegründeten Center for Organizational Learning, zu sagen: „Nichts schwächt Offenheit mehr als die Gewissheit. Wenn wir erst einmal denken wir hätten die Antwort, verschwindet jegliche Motivation unser Denken zu überprüfen.“

Nun haben Sie vielleicht das Gefühl, dass klingt nach viel Arbeit. Ich habe Ihnen versprochen, von mir gibt es für den Jahresbeginn mein ERFOLGSKONZEPT mit Inhalt. Und ja, es bedeutet, sich auseinander zu setzen, Energie und Arbeit zu investieren, mutig zu sein. Wäre es nicht sonst auch ein bisschen zu einfach? Im Sport und im Business unter-

scheidet die Menschen teils nur ein Hauch einer Sekunde, eine einzige Zahl hinter dem Komma oder das kleine bisschen mehr Ausstrahlung. Und genau diesen kleinen Unterschied gilt es zu erarbeiten, um am Ende ganz oben auf dem Treppchen zu stehen. Das braucht Engagement, Energie und Leidenschaft.

Jeder muss sich selbst die Frage stellen, ob es sich für seine Vision lohnt, ob die eigene Vision anziehend genug ist als Ziel. Manchmal muss man investieren, mutig sein und offen für neue Wege, um schließlich an sein Ziel zu gelangen und ERFOLGREICH zu sein. Man muss wissen, wo man die nötige Unterstützung findet und wen man als Ergänzung für das eigene Team ins Boot holt, um in Richtung Ziel zu segeln.

Also packen Sie es an...Ihre Vision - ihr Ziel. Egal ob beruflicher oder privater Natur. Was auch immer Ihr Leben lebenswerter, zufriedener und für Sie erfolgreicher macht.

Nehmen Sie Ihre Vision, füttern Sie sie mit Leidenschaft, Energie und Begeisterung. Seien Sie mutig. Leben Sie Ihre Werte und richten Sie Ihren Fokus nachhaltig darauf aus. Stärken Sie Ihre Stärken und managen Sie Ihre Schwächen und ich bin mir sicher, dass Sie so Ihren ganz persönlichen ERFOLG 2008 feiern werden.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen nun nochmals ein

erfolgreiches und gesundes Jahr

Ihre Melanie Döring

Coaching ✓ *for you*