Gesammelte Newsletter aus den Treffen vom zweiten Zyklus (Juli bis Dezember 2011)

NOTIZEN

NOTIZEN

Über Way to Wealth und den Wiener Junto

Way to Wealth hat es sich zum Ziel gesetzt Aktivitäten zu bündeln die dazu führen Individuen, Organisationen und im weitesten Sinne die Gesellschaft auf dem Weg zum Wohlstand zu begleiten. Unter diesem Symbol werden Projekte abgewickelt die dem Fortschritt dienen.

Leitsatz: Es ist Zeit Verantwortung zu übernehmen und den nächsten Schritt zu setzen.

Der Wiener Junto ist ein Teilprojekt mit dem Ziel zur Weiterentwicklung von Menschen beizutragen und Wohlstand zu verbreiten um jedem Mitglied der Gesellschaft zu helfen Fähigkeiten zu entwickeln die für eine Verbesserung der allgemeinen Lebensqualität eingesetzt werden können. Die Philosophie und Werte unserer Gruppe sind frei von Religion und Politik, wobei jeder Teilnehmer seinen eigenen Glauben vertreten darf.

„Investitionen in Bildung bringen die besten Zinsen“ (Benjamin Franklin)

Benjamin Franklin gründete vor 300 Jahren einen Selbsterziehungsclub namens Junto. Wie schon oft haben Menschen aus unterschiedlichen Bereichen, aber mit dem selben Ziel auch hier die Geschichte nachhaltig verändert. Im Junto treffen sich Menschen wie Künstler, Philosophen oder Unternehmer. Jedes Mitglied beschäftigt sich leidenschaftlich mit dem persönlichen Interessensgebiet und teilt sein Wissen bereitwillig mit anderen.

„Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile“ (Aristoteles)

Beispiel: Bei uns hilft der Physiotherapeut der Kunststudentin dabei Rückenschmerzen loszuwerden, während der Finanzexperte dem Physiotherapeuten hilft seine finanziellen Ziele zu erreichen.

Wohlstand ist ein positiver Zustand, der unterschiedlich wahrgenommen wird. Den Weg dorthin geht jeder allein. Ihn gemeinsam zu gehen ist aber leichter, schneller und es macht mehr Spaß.

Basisfunktionen

1) Prozeß des Lernens: Wir sehen nur, was wir kennen. Darum merken wir nicht, wenn wir dabei sind Fehler zu machen. Unsere Mitglieder decken viele Wissensbereiche ab. Dadurch können wir uns gegenseitig helfen Fehler zu vermeiden um dann unbewusst das Richtige zu tun.

2) Lebenskreis: Individuelle Stärken kann man meist in eine von 13 Kategorien einordnen wie im vorigen Beispiel Körper, Geist oder Finanzen. Somit kann sich jeder Teilnehmer in allen Bereichen weiterentwickeln.

3) Mastermind: Große Erfolge werden nicht alleine erreicht. Auch wenn eine Person im Vordergrund steht, steht diese nur dort weil andere unterstützend dahinter stehen.

Der Weg (Ablaufprozess):

Impulsvorträge legen den Fokus auf ein Thema in einem der 13 Teilbereiche und fördern die anschließende Diskussion und den Werteaustausch. Die Vorträge kommen entweder von Gastvortragenden oder von Gruppenmitgliedern. Die Themen sind teilweise selbst gewählt und teilweise vorgegeben aus einem Curriculum aus Literatur zur persönlichen Entwicklung.

Durch die Selbstpräsentation wird der erste Impuls von den neu eintretenden Mitgliedern selbst gesetzt. Daraus resultiert dann die Aufnahme in die Gruppe und eine Entscheidung um auf das wichtigste 1 Jahresziel zu fokussieren.

Feedback wird institutionalisiert. Dabei bekommt jeder Vortragende erst die Möglichkeit sich selbst zu reflektieren und erhält dann von den aktiven Mitgliedern das Fremdbild. Es ist ein wichtiger Bestandteil bei der Selbsterkenntnis und auf dem Weg zum Wachstum.

Coaching hilft jedem Mitglied sich mit individuellen Themen zu beschäftigen und von den Ressourcen der Gruppe (Zeit, Wissen, Netzwerk, ...) zu profitieren. Bei jedem Treffen werden Mitglieder von ihrem Buddy und der Gruppe dabei unterstützt ihr wichtigstes 1 Jahresziel zu erreichen. Unter den Mitglieder sind meist professionelle Coaches die mit ihren Methoden die Weiterentwicklung und Zielerreichung unterstützen. Jedes Coaching ist einzigartig. Es gibt zwar eine unterstützende Struktur, doch die Inhalte sind spontan und viel Freiraum hilft dabei um die jeweilige Situation zu beschreiben und zu reflektieren.

Inspiration ist von aussen nach innen gerichtet und beinhaltet jede neue Erfahrung die der Gruppe zum Wachstum verhilft. Quellen dafür sind der gemeinsame Austausch, Büchern, Videos, Vorträgen, Übungen und vieles mehr. Um die einzelnen Vorschläge zu sammeln existiert eine Inspirationsbox durch die unparteiisch gewählt wird, welcher der vielen Vorschläge im Rahmen der Gruppe durchgenommen wird.

Projekte und Aktivitäten sind auf karitative, unternehmerische oder persönliche Tätigkeiten ausgerichtet. Diese dienen sind von innen nach aussen gerichtet um den Fortschritt der Teilnehmer bzw. sinnvolle Beiträge für die Gesellschaft zu schaffen und diese mit den gemeinsamen Ressourcen zu realisieren.

Die Treffen finden jeden Freitag von 18 bis 22 Uhr in Zyklen statt. Alle 6 Monate gibt es wöchentliche Treffen und dann gibt es 6 Monate Pause um die neuen Erfahrungen ins Leben zu integrieren und umzusetzen.

Fazit: Jeder Mensch ist auf der Suche nach etwas, auch wenn das manchmal nur unbewusst geschieht. Durch bewusste Selbstreflektion helfen wir unseren Mitgliedern dabei die eigenen Grenzen zu entdecken und darüber hinaus zu wachsen. Am Ende des Weges findet jeder etwas. Ob es der sprichwörtliche Topf voll Gold ist oder etwas anderes kann man selbst entscheiden. Für jemanden der es noch nicht getan hat ist unsere Gruppe der Weg um Verantwortung zu übernehmen.

In einem Satz: Erkenne wer du bist um zu verstehen wo du hin möchtest.
In einem Wort: Persönlichkeitsentwicklung

„Alles ist möglich. Wir müssen es nur wollen."

Vorwort zur Ausgabe des zweiten Zyklus

Mittlerweile wird das Zentrum Way to Wealth zu einer festen Institution die sich mit persönlicher Entwicklung beschäftigt. Die Entwicklung der vergangenen Treffen sind alle in Form von wöchentlichen Newslettern festgehalten um jeder Person die mit uns in einer Beziehung stand die Möglichkeit zu geben um weiterhin Teil der Entwicklung zu sein. Genauso ist es aber auch für alle neuen Teilnehmer und jeden in der Zukunft interessant wie alles entstanden ist und warum wir heute stehen wo wir stehen.

Unsere Persönlichkeit zu stärken ist das Ziel all dieser Anstrengungen denen sich alle Teilnehmer wöchentlich für 6 Monate lang unterziehen. Nur wer dabei war kann abschätzen welchen Aufwand es bedeutet auf ca. 5 bis 10h pro Woche zu „verzichten" und sich in dieser Zeit rein nur auf die persönliche Entwicklung zu konzentrieren. Doch nur wer dabei war hat schätzen gelernt welchen Nutzen jeder aus den Begegnungen und dem Austausch mit anderen starken Persönlichkeiten ziehen kann.

Wir alle sind heute so im Stress und haben so viel zu tun, dass die meisten darauf vergessen sich die wichtigste aller Fragen zu stellen: Was will ich eigentlich?

Persönliche Entwicklung ist ein Ausdruck der so vieles umfasst und eigentlich keine klare Aussage beinhaltet. Was persönliche Entwicklung ist definiert jeder für sich selbst. Da so ziemlich jeder Bereich mit der eigenen Person zusammenhängt, lässt sich nichts ausschließen.

Persönliche Entwicklung ist ausserdem etwas sehr Intimes. Denn, nur wer alle Masken ablegt kann sich selbst erkennen. Das bedeutet aber auch, dass man sich anderen Menschen zu erkennen gibt wenn man dies in einer Gruppe tut. Diese Tatsache hat zwei mögliche Auswirkungen, die beide hemmend sind um unser maximales Potential auszunutzen.

1. Es passiert dann, dass sich einige Menschen sehr stark – im Stillen – mit sich selbst beschäftigen und in Ihrer Entwicklung gut vorankommen. Leider entfernen sie sich dadurch jedoch meist von den Menschen zu denen sie enge Beziehungen pflegen und diese können dann schmerzhaft zerbrechen.

2. Der restliche – vermutlich größere – Teil der Gesellschaft hat nicht die nötigen Impulse bekommen um das von selbst zu tun und somit entsteht eine immer größere Schere zwischen den Gesellschaftsschichten.

Es gibt viele Gründe die man nennen kann warum man nicht erreicht, was man sich so sehr wünscht. Der wahre Grund beginnt eigentlich schon vor unserer Geburt. Die „Hoffentlich ist es bald vorbei" – Kultur führt dazu, dass die meisten Menschen passiv durchs leben gehen und sich viel zu oft ärgern. Als Kind hat man zu wenig Rechte und will erwachsen werden. Beim Studium hat man zu wenig Geld und will Arbeiten. Bei der Arbeit hat man keine Zeit und will endlich in Pension um nicht mehr arbeiten zu müssen. Und in der Pension hat man zu wenig körperliche Energie um das Leben zu genießen und ich habe gehört es gibt Menschen die sich auf den Tod freuen.

Wenn wir anfangen wollen unser Leben zu leben, müssen wir es selbst in die Hand nehmen und und aussuchen wie wir es leben wollen. Das ist die Vision für jeden von unser während den Treffen und hoffentlich bewegt diese Vision so viele Menschen um unsere Welt zum Paradies auf Erden zu machen.

Der erste Zyklus war ein Versuch. Ein Versuch eine Plattform zu schaffen bei der sich mehrere Menschen –die an Fortschritt und Wachstum interessiert sind – zusammenschliessen um gemeinsam voneinander zu lernen.

Der zweite Zyklus hat dieses Wachstum auf einer neuen Ebene fortgesetzt. Aus unterschiedlichen Richtungen kamen Impulse die dazu geführt haben, dass wir den nächsten Zyklus gestartet haben. Es hat mit sehr viel Euphorie und Freude begonnen als jeder sich vor der Gruppe vorstellen konnte und gemerkt hat, wieviel Raum tatsächlich vorhanden ist um sich persönlich zu entfalten.

Die zweite Phase beginnt immer mit dem Schritt sich einen Bereich auszusuchen auf den man gerne fokussieren möchte und sich darin ein Ziel zu setzen. In dieser Phase ist es nicht mehr so angenehm wie zu Beginn. Denn wer sich Ziele steckt, der wird sehr schnell Frustration kennenlernen – vorrausgesetzt es war ein anspruchsvolles Ziel. Im zweiten Zyklus war es ein wenig anders, als im ersten. Da die Coachings im intimen Rahmen und nicht vor der gesamten Gruppe durchgeführt wurden kam es zu weniger Konflikten und die Ziele wurden leichter erreicht bzw. mit weniger Nachdruck verfolgt.

Durch die persönliche Trennung der Beziehung von Nico und Carina (Gründungsmitglieder) kam es zu einer besonders starken Energie und der Zyklus bekam als Hauptrichtung das Thema Beziehungen. Wir haben danach auf die Unterschiede von Mann und Frau, bzw. Männlichkeit und Weiblichkeit fokussiert. Durch den hohen Männeranteil der Gruppe haben wir uns sehr damit beschäftigt wie es gelingt ein reifes Männerbewusstsein zu entwickeln und was es heutzutage bedeutet ein Mann zu sein. (Woche 36).

Ein großer Dank gilt an alle aktiven Teilnehmer und an unseren Gastgeber Robert Pap, der uns freundlicherweise sein Büro regelmäßig zur Verfügung gestellt hat. Wir hatten genügend Freiraum um viele Themen bewusst zu behandeln und es wurden neue Geschäftsideen vorgestellt „The Game Changer“ (Felix Kogler), Inpiration durch Meditation gezeigt (Stefan Polzer) und der Höhepunkt vom vergangenen Zyklus, war ein besonders stark besuchter Workshop mit externen Vortragenden zum Thema Beziehungen. (Woche 48)

Wir haben den Zyklus in einer ruhigen Runde und einem schönen Weihnachtsfest bei gutem Essen ausklingen lassen. Somit begann die vierte Phase. Jeder kehrte in sein normales Leben zurück und nahm verschiedenste Impulse aus den einzelnen Treffen mit. Anders als zwischen den ersten beiden Zyklen, gab es mehr Kontakt zwischen den Teilnehmern da sich zwei neue Gruppen gründeten.

Es wurde die Party WG gegründet. Eine Wohngemeinschaft von Felix Kogler, Nico Tonisch, Peter Weese und Christian Brandstötter. Dadurch blieb der Kontakt aufrecht und der Austausch setzte sich ohne Rahmen fort. Die Gruppe blieb großteils im Austausch, jedoch in einem sehr unverbindlichen Rahmen.

Zusätzlich hat Robert Pap mit viel Feuer und Leidenschaft eine Bewegung ins Leben gerufen die Männer dabei hilft aufzuwachen und Verantwortung zu übernehmen. (Wake up Man) Diese Gruppe formiert sich in der Pause von Way to Wealth und veranstaltet wertvolle Treffen um den Austausch zwischen mehreren Generationen von Männern zu fördern um sich mit der eigenen männlichen Identität zu beschäftigen.

Die folgenden Newsletter bieten eine genauere Aufzeichnung aller Ereignisse die stattgefunden haben. Leider ersetzt keine der Seiten auch nur annähernd das Erlebnis selbst dabeigewesen zu sein. Die damals anwesenden Personen haben Geschichte geschrieben. So wird es auch diesmal wieder sein für alle die offen dafür sind...

„Die Vergangenheit ist gewesen, doch die Zukunft muss erst noch geschrieben werden.
Nimm den Stift in die Hand und schreibe deine eigene Geschichte!“

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

I believe in the paradox of success through failure!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

©*Way to Wealth: Grundbegriffe und Prinzipien*

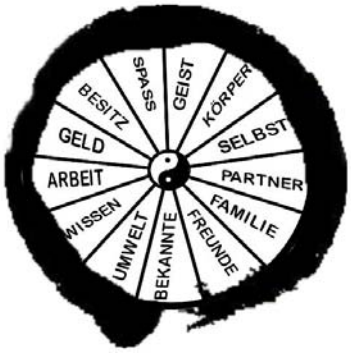
Herzlich willkommen zum Start des neuen Zyklus

Das Hauptziel unseres Masterminds ist es einen Raum und Bewusstsein zu schaffen in der jeder Teilnehmer ein Umfeld hat in welchem man sich selbst ausprobieren kann und alles erlaubt ist. Viele Menschen sind auf der Suche nach etwas, auch wenn das manchmal nur unbewusst geschieht. Durch bewusste Selbstreflektion helfen wir unseren Mitgliedern dabei die eigenen Grenzen zu entdecken und darüber hinaus zu wachsen. Es beginnt mit einer Selbstpräsentation und einer bewussten Entscheidung als Gruppe zusammenzukommen. Aus diesem Prozess entstehen Impulse die den weiteren Ablauf beeinflussen und den Samen zu persönlichem Wachstum säen und pflegen. Der Mastermind ist die Verbindung der Menschen und die Formate schaffen den Rahmen für die Impulse innerhalb der Treffen.

Mastermind

Jeder von uns hat viele blinde Flecken (Unbekannt + Inkompetent). Um diesen blinden Fleck zu reduzieren und in allen Lebensbereichen bestmöglich wachsen zu können teilt sich unsere Gruppe in 13 Experten. Die größte Erkenntnis die ein Mensch haben kann, ist die sokratische Erkenntnis: Ich weiss, dass ich nichts weiss. Und wo erkennt man das besser als in einer Runde von Menschen mit verschiedenen Stärken und Kompetenzen. Wir verhelfen uns in den unterschiedlichen Bereichen zu Wachstum durch Inspiration, Vorträge, Coaching und Training. Man kann nicht voraussehen, wodurch jeder einzelne inspiriert wird. Darum haben wir auch viele verschiedene Formate auf die wir aber bis jetzt nur teilweise eingegangen sind. Mehr darüber folgt beim nächsten Mal.

"Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile"
(Aristoteles)

Die ultimative Erfolgsformel	Der Lebenskreis	Der Prozeß des Lernens
Inspiration **+** **Fokus** **+** **Massive Action** **=** **Wachstum**		Unbekannt / Inkompetent ↓ Erkenntnis Bekannt / Inkompetent Lernen ↓ Bekannt / Kompetent ↓ Training Unbekannt / Kompetent

©*Way to Wealth: Grundbegriffe und Prinzipien*

Unsere Prinzipien und Formate

Um eine bessere Zusammenarbeit zu fördern und maximale Ergebnisse zu erzielen sind unsere Formate entstanden und auch Prinzipien die es uns ermöglichen werden das Maximum aus unseren Treffen herauszuholen. Die Prinzipien richten unser Bewusstsein auf die Art wie die Gruppe zusammenkommt und zusammenbleibt.

Diversität / Unterschiedlichkeit	Offenheit & Transparenz	Harmonie
Wir leben eine umgekehrte Diskriminierung. Es werden folgende Minderheiten bevorzugt: • **Geschlecht** • **Religion** • **Politik** • **Alter** • **Ethnizität** • **Sex. Neigung** • **Berufl. Pos.** • **Leidenschaft** • **Wissen** • **Familienstatus** • **Vermögen** • **Sprache** Das führt zu gegensätzlichen Ansichten und hohem Energiepotential.	Dazu gehört **Ehrlichkeit** und **Respekt** gegenüber sich selbst und anderen. Innere und äussere Konflikte müssen angesprochen und passend ausgetrgen werden. Ziel dieses Prinzips ist es die richtige **Balance** zwischen den beiden anderen Prinzipien herzustellen. Dazu gehört ebenfalls der professionelle Umgang mit **Feedback**.	Die Harmonie entsteht durch alles was uns verbindet. Vor allem ist das der Fokus auf unsere persönliche Entwicklung und der Glaube daran, dass alles möglich ist. **Verständnis** für den Standpunkt anderer und **aufrichtiges Zuhören** fördern dieses Prinzip.

"Wahre Stärke liegt in den Unterschieden. Gemeinsames verbindet." (Nico)

Das Mitglied mit dem Fokus auf die Partnerschaft ist besonders aufmerksam auf die Einhaltung dieser Prinzipien, da dies die Grundlage unserer Gemeinschaft ist und auch die Grundlage für unser Wachstum darstellen. Deshalb hat dieses Mitglied die Funktion einer Ombudsperson, an die man sich vertrauensvoll wenden kann um über Themen zu reden, die man nicht vor der Gruppe ansprechen möchte. Bei uns derzeit: Carina Denner!

Ombudsperson

Als Gruppe werden wir maximal erfolgreich sein, wenn wir eine hohe Diversität haben und alle Teilnehmer bestrebt sind die Energie der Konflikte (Werteaustausch) harmonisch zu nutzen. Offenheit und Transparenz verbindet diese beiden Extremprinzipien. Schlimmer als der offene Konflikt, ist der verschleppte der immer im unerwarteten Moment kommt und dann viel Zerstörung anrichten kann. Darum bitte immer jeden Konflikt in der passenden Form ansprechen. Durch das Prinzip der Offenheit kann jeder Teilnehmer, egal welcher Glaubensrichtung, politischen Neigung, sexuellen Orientierung, ... sicher sein, dass jede Ansicht respektiert und gewertschätzt wird.

Formate des Way to Wealth

Open Space/Worldcafe: Viel Freiraum für die Behandlung von Themen die aktuell Energie erzeugen. Dabei werden Fragen verwendet um die vorhandene Energie zu befreien und zu nutzen um bahnbrechend neue Ansätze zu entwickeln.	**Inspiration:** Das ist alles was bei den verschiedenen Formaten als Thema auftaucht und welches man nicht sofort behandeln kann, aber mit der Gruppe teilen möchte. Das kann durch Vorträge, Filme, Musik, Ausflüge, Übungen, uvm. geschehen. Eine Inspirationsbox dient dazu die Themen zu sammeln.
Coaching: Dabei bekommt jedes aktive Mitglied von seinem Buddy eine persönliche Coaching Einheit und kann auf das wichtigste persönliche Ziel fokussieren. Die Gruppe unterstützt dabei mit den vorhandenen Ressourcen (Zeit, Wissen, Kontakte, Geld) um dieses Ziel zu erreichen.	**Massive Action:** Dient dazu um aus Vorträgen Techniken zu erlernen und in Übungen auszuprobieren. Durch Feedback an sich selbst und von anderen wird aktiv reflektiert um seine Fähigkeiten konstant zu verbessern. Es ist wie ein Spielplatz mit Freunden für Erwachsene☺

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

Es gibt nur eine Sache die zu einem außergewöhnlichen Leben führt:
Eine außergewöhnliche Einstellung!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 27`2011

Filmvortrag: Owner´s Manual for the brain (Anthony Robbins)

„All human behavior and emotion is created by the state in which we are in.“ (Anthony Robbins)

Mit freundlicher Unterstützung von Jochen, einem ehemals aktiven Mitglied, haben wir ein einstündiges Seminar auf Video gesehen, bei dem es um Techniken aus dem NLP geht um sich selbst in einen positiven, kraftvollen Zustand zu bringen. Ein extrem junger Tony Robbins am Anfang seiner Karriere.

Unser Gehirn ist ein unglaublich beeinruckendes und leistungsfähiges Instrument mit dem wir unser gesamtes Leben steuern. Wie ein Computer ist unser Gehirn mit Glaubenssätzen, Werten und Prinzipien programmiert. Wenn wir die Fähigkeit besitzen uns umzuprogrammieren, können wir unser Verhalten verändern um bessere Ergebnisse zu erzielen und damit unsere Lebensqualität steigern.

Jeder Zustand in dem wir uns befinden wirkt sich auf unser Verhalten aus. Durch die bewusste Kontrolle von den zwei wichtigen Bereichen Körper und Geist, können wir unseren Zustand jederzeit und sofort beeinflussen.

Den Körper positiv beeinflussen

- Schultern heben/Arme in die Luft
- Wirbelsäule aufrichten
- Tief atmen
- Blick nach oben, lächeln
- Körperpose erfolgreicher Menschen kopieren

Den Geist positiv beeinflussen

- Submodalitäten (mentales Bild) verändern (Video/Bild, Farbe/Schwarz-Weiß, selbst im Bild/Beobachter, Links/Rechts, Dark/Bright, ...)
- Positive Anker setzen / Konditionierung
- Scramble: mentale Muster durchbrechen
- Swish: Mentales Bild mit wiederholenden Handbewegung „wegwischen“

Tipp: Verwende 5 Min täglich um körperliche und mentale Übungen in der „Hour of power“ zu machen und dich am Anfang des Tages in einen positiven Zustand zu versetzen und kraftvoll in den Tag zu starten. Anleitung im Video: siehe seperates E-Mail an alle ehemaligen Teilnehmer

ACHTUNG: Das Video bleibt wie bereits angekündigt 3 Tage online und wird dann wieder gelöscht!

Beim nächsten Mal wird der Zyklus offiziell eröffnet. Jeder der an diesem Treffen teilnimmt, bekommt die Möglichkeit sich für eine aktive Teilnahme anzumelden.

„Repetition is the mother of skill. If you wanna be good at anything you have to do it.“
(Anthony Robbins)

Jeder Anwesende hat schon die eine oder andere Technik gekannt, doch oft vergessen. Wenn wir diese Intrumente nicht verwenden um uns bewusst selbst zu steuern, dann wird das jemand anderer für uns tun (Fernsehen, Radio, Freunde). Es liegt in unserer eigenen Verantwortung die richtigen Samen zu pflanzen um besser zu werden und unsere Lebensqualität zu steigern.

„Wenn ein neuer Tag beginnt, erhalten wir das größte Geschenk auf Erden: Einen weiteren Tag! Um das beste daraus zu machen versucht jeden Morgen in einen Spitzenzustand zu kommen“

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

I believe in the paradox of success through failure!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren… Welche Ziele hast du?

©Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 29`2011

Der Startschuss ist gefallen / Let´s get the party started

Am Anfang eines jeden Treffens ist es immer eine schöne Überraschung wenn neue Gesichter zu uns kommen und mit uns wachsen wollen. This time we have also grown our language skills as almost the whole meeting was held in english as all participants were able to understand and use this language. Wir werden auch sprachlich immer versuchen so flexibel wie möglich zu sein und auf die Anwesenden einzugehen um allen eine Teilnahme zu ermöglichen, die gerne dabei sein wollen.

Darwin: The survival of the fittest -> Theory of evolution
Philip Sebastian: The survival of the quickest -> The elevator pitch

Mit einem knackigen und flüssigen Vortrag, fesselte uns Philip-Sebastian an das Thema Kurzpräsentation. Die Finesse und lebhafte Sprache mit der er vorgetrug, hat alleine schon viel Wert um hier näher beschrieben zu werden. Doch aus Platzgründen konzentriere ich mich eher auf den hilfreichen Schatz an Methoden. Ein Grund mehr um zu unseren Treffen zu kommen☺

Der Weg zur perfekten Rede:

a) Fühle dich gut vor der Rede b) Fühle dich gut während der Rede c) Hilf den anderen sich gut zu fühlen

A I D A	K I S S	S W O T	V A K O G
Attention: Bsp.: Listen! Interest: Bsp.: You can Desire: Bsp.: get satisfied Action: Bsp.: by trying this. Viele Werbungen sind nach diesem Prinzip aufgebaut!	Vor | TALK (60%) | Nach Vorbereitung: z.B.: AIDA und mehrmaliges Spiegeltraining Nachbereitung: Zusammenfassen und Ergebnisse reflektieren	Strengths (Stärken) Weaknesses (Schwächen) Opportunities (Chancen) Threads (Risiken) Identifizieren und erkennen, wie man die eigenen Fähigkeiten besser einsetzt	Visuell – Sehen Sie das? Auditiv – Hören Sie ... ? Kognitiv – Fühlen Sie ... ? Olfaktorisch – Riechen ... Gustatorisch – Schmecken
Eine Verkaufsmethode um sich auf den wesentlichen Inhalt vorzubereiten	Eine berühmte Band oder "Keep It Short and Simple" zum Kürzen des Inhalts	Modell von Stanford aus den 60er Jahren – „ Eine Lösung hätte ich, aber kein passendes Problem."	Die 5 Sinneswahrnehmungen im Gespräch verwenden, erzeugt eine lebhafte Rede
http://de.wikipedia.org/wiki/AIDA-Modell	http://de.wikipedia.org/wiki/KISS-Prinzip	http://de.wikipedia.org/wiki/SWOT	http://de.wikipedia.org/wiki/Neurolinguistische_Programmierung

Viele Modelle und Methoden die wir besprechen, sind in der Geschäftswelt bekannt und werden oft verwendet. Wer sein Leben wie ein Geschäft behandelt und den maximalen Wert erreichen möchte, kann dieselben Methoden anzuwenden um sich SELBST mit diesen Methoden ständig zu verbessern. Die vorgestellten Methoden sind derart effektiv und wichtig, dass diese so oft wie möglich trainiert werden sollten und daher auch immr wieder bei unseren Treffen eingebaut werden.

Wir selbst, sind das wichtigste Geschäft in unserem Leben (Nico)
Kümmere dich um deine eigenen Geschäfte (Robert Kyiosaki - Rich dad, poor dad)

Selbstpräsentation Nico Tonisch		
Wer war ich?	Finanzexperte, Vereinsgründer	Nico´s Selbstpräsentation war sehr emotional. Nach einer guten Vorstellung, wurde es schwammig und unkonkret. Es kam an die Oberfläche, dass eine Richtung im Leben fehlt um die Energie produktiv einzusetzen. Dadurch entstand ein neuer Fokus ...
Wer möchte ich sein?	Student in Stanford ab WS 2013: Innovation und Entrepreneurship	
Warum Verein?	Um Fokus zu finden und zu wachsen	

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe in the salvation through economic, social and spiritual freedom!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

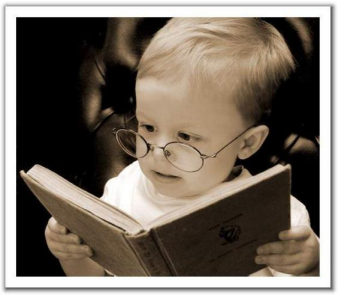
Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 30`2011

Open Space – A time for free flowing discussions

Diese Woche startete ein spannendes neues Projekt für Way to Wealth: der Open Space – eine Möglichkeit zum frei „fließenden" Austausch verschiedenster Themen. The Open Space is an exciting concept of bringing the principle of productive coffee break talks to the group. Again the entire discussion was in English, which offers several oportunities such as practising the language itself as well as expressing oneself in a way we might not be used to.

Das noch recht junge Prinzip des Open Space (von Harrison Owen in den 1980ern begründet) basiert darauf, dass die lockere Atmosphäre und der empirisch nachgewiesene produktive Austausch in den Pausen eines Meetings oft mehr Ergebnisse liefert als das Meeting selbst. Das Konzept war so erfolgreich, dass wir nach dem Treffen noch mehrere Stunden rege weiter diskutierten.

Dieses Mal gab es vier Themen die angesprochen wurden: Lerntechniken, Prokrastination, Altruismus/Egoismus, Klimawandel.



Lerntechniken

Jeder lernt anders, soviel steht außer Frage. Wie aber maximieren wir unser Lernpotential am besten? Egal welche Technik man verwendet, das Zentrale Thema ist und bleibt die Emotion. Das kennen wir alle aus eigener Erfahrung: die Erinnerungen die am stärksten sind entweder mit starken Gefühlen oder vielen Sinneseindrücken verknüpft, oder gar mit beidem. Dies lässt sich auch auf das Lernen sehr einfach ummünzen: eine Möglichkeit wäre ständig neben dem Lernen eine Duftkerze zu verwenden. Wichtig dabei ist, dass es immer die gleiche sein sollte, sowie diese auch nicht sonst im Alltag verwendet werden sollte. Erkennt man diesen Geruch nun zu einem anderen Zeitpunkt denkt das Gehirn automatisch an das gelernte und rekapituliert unbewusst.

Der sogenannte „Lernpalast" bietet ebenfalls eine gute Basis um sich Themengebiete gut abzuspeichern. Hierbei handelt es sich um eine Vorstellung eines sehr gut vertrauten Gebäudes oder einer Straße, in der man jedes Zimmer, jeden Gegenstand mit einem Begriff den es zu lernen gilt verknüpfen kann.

Diese und viele andere Techniken mögen auf den ersten Blick vielleicht wie eine Wunderlösung wirken, aber man sollte dabei ein wesentliches Prinzip nicht vergessen: Ohne Fleiß kein Preis. Dieser neue Lernprozess muss trotzdem geübt werden.

Prokrastination – Hard work pays off after time, but laziness pays off now.

Im Zuge eines kurzen Coachings für Philip erkannten wir das Gefühl in uns wieder wie es sich anfühlt wenn man etwas Wichtiges erledigen sollte nicht aber die Motivation dafür findet. Es scheint beinahe ein menschliches Urgefühl. Fakt bleibt, sowohl die Neurobiologie als auch die Psychologie lehren in diesem Belang das gleiche Prinzip: Jede unserer Aktionen hat im Grunde genommen die Motivation uns zufrieden zu stellen.

Sana: "dance" with your fear rather than seeing it as a brick wall.
Phillip-Sebastian: you need to treat the underlying issue.

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 30`2011

Dieses Gefühl der Zufriedenheit ist eines wonach wir streben und auch biologisch gesehen alles in Bewegung setzen um diesen Zustand (wieder) zu erreichen bzw. aufrecht zu erhalten. Mit diesem Wissen können wir allerdings auch der Prokrastination entgegen wirken.

Ein einfaches Prinzip aus NLP hilft uns bei der Lösung dazu. *Reframing* ist das Stichwort – hat man die zurückhaltende Ursache erkannt kann man sich selbst geeigneten Fragen dazu stellen um die Blockade in das richtige Licht zu rücken und diese zu lösen.

***„Was bringt es mir gutes, dass ich nichts mache?“* – Phillip-Sebastian**

Diese und andere, ähnliche Fragen bieten so einen bisher nicht bedachten nüchternen Blick auf das Wesentliche und helfen voran zu kommen. Sollten wir an einem Punkt ankommen, bei dem wir nicht mehr weiter wissen, haben wir in Way to Wealth auch durch unsere Buddies eine fantastische Unterstützung diese Fragen für uns zu stellen.

Altruismus / Egoismus

	View of Persons	Social Perspective Lvl
6	Sees how human fallibility and frailty are impacted by communication	Mutual respect as a universal principle
5	Recognize that contracts will allow persons to increase welfare of both	Contractual perspective
4	Able to see abstract normative systems	Social systems perspective
3	Recognize good and bad intentions	Social relationships perspective
2	Sees that a) others have goals and preferences, b) either conform to or deviate from norms	Instrumental egoism
1	No VOP: only self & norm are recognized	Blind egoism

Die Diskussion begann mit dem Thema Zivil Courage. Welche Motivation sollte man haben, wenn man jemandem hilft? Zählt die Intension überhaupt, oder nur die Tat? Es ist nicht selbstverständlich, dass der „Empfänger“ einer Tat den positiven Willen dahinter zu schätzen wissen wird, wenn die Tat missglückt.

Im Weiteren kam die Frage auf ob nach außen hin altruistische Tätigkeiten vertretbar sind wenn die eigenen Motive egoistischer Natur sind. Bei Berichten von vergangenen Erlebnissen wurde eines sehr schnell klar: es gibt hier kein universelles Verständnis und es kann hier doch sehr unterschiedliche Ansichten geben.

Über das Thema des Verhaltens kamen wir dann auch darauf zu sprechen, dass man durch die eigene Körperhaltung langfristig das Verhalten beeinflussen könnte. Ein einfacher Versuch aus dem letzten Zyklus hat dies schön illustriert: mit einem Stift im Mund gilt es Comics nach ihrer Lustigkeit zu beurteilen. Führt man dies, mit dem Stift in den Lippen eingeklemmt durch, so werden die Comics weniger lustig beurteilt, als wenn man den Stift nur zwischen den Zähnen einklemmt und so ein Lächeln simuliert.

Weitere Lektüre bietet hier unter anderem der Experte für Körpersprache, Samy Molcho.

Klimawandel

Das Klima ist wissenschaftlich gesehen wohl eines der kompliziertesten Felder. Wir haben diskutiert über die unterschiedlichen Ansichten, den natürlichen Temperaturanstieg und den damit verknüpften vergangenen Eiszeiten. Selbst wenn CO2 nicht für den derzeitigen Klimawandel verantwortlich ist, spricht nichts gegen sparsamer mit den Ressourcen die wir haben umzugehen. Better yet: give something back. Nach jahrelanger Ausbeutung der Natur ist es nur Vernünftig, wenn wir ihr im Gegenzug einen Teil zurückgeben und zum Beispiel Bäume pflanzen und den Schutz „grundlos“ (z.B.: wegen der menschlichen Jagd oder durch Raubung des Lebensraumes wegen übermäßiger Abholzung) aussterbender Tiere unterstützen.

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe that there is no better preparation for a life to come than this:
Do your work as well as you can, and be kind!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 31`2011

Wer wir wirklich sind (Selbstpräsentation Teil 1)

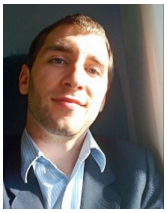
Viele Stunden Vorbereitung kommen an einem Abend zusammen. Sich selbst zu relektieren ist eine große Herausforderung. Nicht nur die Vergangenheit weist of Lücken auf, vor allem die Zukunft ist doch noch so ungewiss.

All die Vorbereitung hat unsere Konzentration so stark fokussiert und dadurch kommt es häufig vor, dass man verspannt oder verbissen wird. Viele würden das als unbekannte Energie wahrnehmen. Ich bezeichne es eher als eine ungewohnte Energie. Um diesen Zustand wieder zu verlassen hat uns Stefan geholfen durch eine kleine Meditation wieder mit unseren Gefühlen ins Reine zu kommen und uns in Balance zu bringen.

Danach begannen dann die Selbstpräsentationen...

Selbstpräsentation Carina Denner (23 Jahre, Psychologiestudentin, HR Generalistin)		
Wer war ich?	Sparsame Psychologiestudentin, Marketing & HR Associate in Photovoltaik Start-Up, Wissbegierig, logisch und analytisch, ausgezeichnet in Bearbeitung von Word und Exceldokumenten, kreative Perfektionistin, ehrgeizig, Cheerleaderin und in Partnerschaft mit Nico, liebt es zu Tanzen (Jazz Dance)	**Stärken:** Partner, Umwelt, Wissen
Wer möchte ich sein?	Ausdauernder in Projekten, Auslandsemester in Australien, Diplomarbeit abschliessen, Position in Personalabteilung eines Konzerns, finanziell abgesichert mit Haus und Familie, viel Reisen, Gründung einer Schule / Coaching, frei und unabhängig, hoher Grad an Eigenverantwortung	
Warum Verein?	Weil ich gerne wachse und anderen helfen möchte um zu wachsen	
Carina ist bereits ein erfahrenes Mitglied und tut sich dennoch schwer bei der Vorbereitung. Es benötigt Ausdauer und Konzentration um sich mit sich selbst zu beschäftigen. Bei der Präsentation gibt sie einen guten aber etwas zu schnellen Überblick. Die Unterlagen zeigen aber sehr wohl eine gute und ausführliche Vorbereitung. Ihr Ziel ist es im März 2011 an einem Triathlon in Australien teilzunehmen um die Ausdauer zu trainieren.		

Wenn du noch keine ultimative Vision für dein Leben hast, solltest du sie suchen um Kraft daraus zu schöpfen. (Philip Staud)

Selbstpräsentation Philip Staud (25 Jahre, Wirtschaftsinformatikstudent, Software Quality Engineer)		
Wer war ich?	Musiker (Piano, Geige), sehr interessiert an Informatik, körperlich sehr aktiv mit Brakedance und als Marathonläufer, Vegetarier, wissbegierig und spirituell, lernstark, Auslandssemester in Australien	 **Stärken:** Körper, Geist Freunde, Wissen
Wer möchte ich sein?	Diplomarbeit & Wehrdienst beenden, Eigene Musik komponieren, tanzen, weiterlernen, umsetzungsstärker, gesund und körpferlich fit, Aufbau passiver Einkommensströme, Host mehrere Webportale (Applikationen, Musikvertrieb), 80% Bio essen, beteiligt an Softw.-Projekte die begeistern	
Warum Verein?	Großartige Leute sind das beste Umfeld um große Ziele zu erreichen	
Philip überrascht viele sehr positiv. Sein bisheriges Auftreten war eher zurückhaltend und er ließ seine vielfältige Persönlichkeit erst jetzt erkennen. Er bestätigt, dass es ihm oft schwer fällt seine Gedanken und Gefühle auszudrücken und zu kommunizieren. Somit bleibt sein Wert häufig unerkannt und unterbewertet. Sein Ziel ist es mit Kreativität passive Einkommensströme zu schaffen und erfolgreich zu Investieren.		

Don´t be forceful and strong. Be calm and strong. (Philip-Sebastian)

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe that there is no better preparation for a life to come than this:
Do your work as well as you can, and be kind!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 31`2011

Selbstpräsentation Ron Windauer (41 Jahre, aktuell in Phase einer Neuorientierung)		
Wer war ich?	Unfertiges Teilstudium an WU (BWL) und TU (Elektrotechnik) in Wien, tätig in Erstellung von Fonds- & Börsensoftware, riskante Investmenterfolg mit geliehenem Geld, verheiratet mit Anki (einer ganz lieben Schwedin), 2 Kinder, Teamleiter, beteiligt an Unternehmen und Zinshäusern, viel Persönlichkeitsentwicklung seit 2009, liebt Rollenspiele, Verantwortung und die Arbeit in einem Team	**Stärken:** Arbeit, Familie Besitz, „ He owns it.“ (Robert Pap)
Wer möchte ich sein?	Lehrer und Vorbild für meine Kinder und Freunde, Weiterentwicklung und Neuorientierung durch das Ausprobieren mehrerer Möglichkeiten, Reisen und Spaß mit Freunden, weitere aktive Beteiligung an florierenden Unternehmen, mehre Feriendomizile (Waldrand Wien, Schweden, am Wasser)	
Warum Verein?	Ein gemeinsamer Weg mit viel Spaß und um voneinander Neues zu lernen.	

Ron hat sich gut und intensiv vorbereitet. Nachdem er seine Kräfte gesammelt hat tänzelt er charmant auf der Bühne und erzählt von seinen vielfältigen Interessen. Er hat viele Stärken und schon viel erreicht, nimmt sich selbst aber nicht so wichtig und hebt lieber die Stärken anderer in den Vordergrund. Egal was er sich vornimmt scheint er zu erreichen. Seine Talente geben ihm viele Möglichkeiten, wodurch es ihm – wie bei vielen talentierten Menschen – schwer fällt sich für etwas zu entscheiden, bzw. Ziele zu Ende zu bringen.

Sein Ziel ist es sein Haus fertig zu bauen um dieses Ziel zu Ende zu bringen und sein Muster zu unterbrechen.

“My body is there to move.” (Ron)

Selbstpräsentation Saana Tykkä (31 Jahre, Researcher in the field of forest & environmental policies)		
Wer war ich?	In youth difficulties with parents, finished bachelor in international business and master in social sciences, very relationship-oriented, lot of party & drinking during university with a spiritual awakening after 2 years -> started sports, quit smoking, trip to Argentina, moved to Vienna to distance herself from family -> new beginning, travelling, singing, job in research, new friends	**Stärken:** Knowledge, friends, fun, mind „ She rocks the house!“ (Nico Tonisch)
Wer möchte ich sein?	Resign from office to look for new opportunities, relocation and further self development to find own talents, dating and overcoming fears to find a loving partnership, Job @ FAO and later UN, travel and experience life (meditation, diving, paragliding), marriage, family, house, kids, horse stables	
Warum Verein?	To have an environment that would support me in my goals and personal growth. Learn and grow. And to support the group likewise.	

Once upon a time... With a presentation about herself she started the best, animated presentation of this evening. Saana only talks very little about herself and very fast. Unfortunately too fast to follow her but fast enough to get out of the situation of having the spotlight on her personality. It seemed that Saana is under pressure and by moving to Vienna she could lower this pressure a bit and started to create her own fairy tale.

Her goal is to find a partner and stabilize her personal situation to find the powerful driving force within her.

“Thank you for your DEEP & HONEST presentation and that you gave so much.” (Philip-Sebastian)

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

Enlightenment is a goal that you can´t reach. It´s a journey. (Stefan)

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren… Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 32`2011

Wer wir wirklich sind (Selbstpräsentation Teil 2)

In der Reflektion der letzten Woche haben wir versucht ohne Worte zu beschreiben (über eine Bewegung) was wir jede Woche machen. Auf Rückfrage einiger Teilnehmer hielt Philip-Sebastian einen Kurzvortrag über das Feedback geben. Es war interessant und hilfreich und dauerte deshalb länger als geplant.

Wie man richtig Feedback gibt

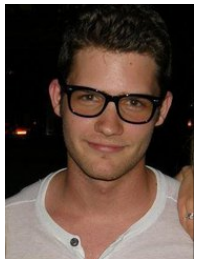
Konstruktives Feedback (Vortrag)	Destruktives Feedback (anschließende Diskussion)
1) Aktives Zuhören und evtl. Mitschreiben 2) Frage ob die Person der du Feedback geben möchtest, bereit ist dieses zu empfangen 3) Das richtige Feedback a) Sag was dir gut gefallen hat und warum es wertvoll für dich war (Dankbarkeit) b) Schlage Verbesserungen vor (+ eigene Wertigkeit) c) FAZIT – positiv zusammenfassen (Handlungsempfehlung)	… sollte besser vermieden werden, da es eine Stressituation in der anderen Person auslöst, die zu einer Abwehrhaltung führen kann. Jedoch, kann diese Form bewusst eingesetzt werden um einen besonders starken Fokus auf etwas zu legen. Es funktioniert jedoch nur, wenn eine respektvolle Autorität dieses Feedback (Wertung) ausspricht und man von der Richtigkeit dieser Werte überzeugt ist.

Das richtige Feedback sollte authentisch, ehrlich und respektvoll gegeben werde. (Anwesende)

Danach setzten wir mit den Selbstpräsentationen fort...

Da wir durch den Vortrag schon hinter dem Zeitplan waren und die geplante Zeit für die Präsentationen eher eine Herausforderung als die Realität darstellen, haben wir nicht alle eingeteilten Präsentationen durchführen können. Somit wird das Programm geändert und statt dem Inspirationsabend werden nächste Woche die Selbstpräsentationen fortgesetzt um unsere Gruppe auf 12 aktive Teilnehmer zu vergrössern.

Selbstpräsentation Christian Brandstötter (23 Jahre, Student der internationalen Wirtschaft, Korneuburg)

Wer war ich?	Schüchtern, verschlossen, übergewichtig-magersüchtig, strebsam, Mitläufer, unkritisch, geizig und introvertiert, sehr diszipliniert, lernend und offen für neue Erfahrungen (Persönlichkeitsentwicklung), Erfolge beim Abnehmen, Überwindung der Schlaflosigkeit und Koffeinsucht in Büchern beschrieben die er übers Internet verkauft, intensive Partnerschaften, wohnt noch zuhause	
Wer möchte ich sein?	Ausziehen, Bachelor abschliessen, stärkeres Engagement in einem Team, karitative Einsätze, mehr Workout & Sport, kommunikativer, tätig im Bereich Onlinemarketing, Networking, Consulting, Unternehmensgründung, Balance durch Yoga und Meditation,tiefe Partnerschaft, Familie, Buchautor	**Stärken:** Arbeit, Körper
Warum Verein?	Um sich in einer außergewöhnlichen Peergroup gegenseitig zu persönlichem Wachstum anzuregen und meinen Teamgeist zu stärken.	

Christian hat in seiner Präsentation sehr gewissenhaft jeden vorbereiteten Punkt erwähnt und ziemlich stark auf die Vergangenheit fokussiert. Durch die langsame und etwas lustlose Art zu Sprechen sank die Aufmerksamkeit und es blieb zu wenig Zeit für die Zukunft und seine Ziele. Die Qualität der Vorbereitung ist außergewöhnlich gut. Er hat die besten Unterlagen und alles zeitgerecht abgegeben. Mit viel Fleiss und Genauigkeit zu arbeiten ist – wie er es selbst auch sieht – seine besondere Stärke.

Sein Ziel ist einen klaren Fokus zu finden und mit seinem Buddy konkrete Ziele zu entdecken die ihn motivieren.

Wenn Fleiss und Gewissenhaftigkeit mit dem richtigen Fokus verbunden werden entsteht aus dieser Energie immer etwas Großes. (Nico)

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

Enlightenment is a goal that you can´t reach. It´s a journey. (Stefan)

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 32`2011

Selbstpräsentation Brian Reichholf (27 Jahre, Student der Molekularbiologie, Wien)		
Wer war ich?	Ruhig, schüchtern, Elektroniker (Nachrichtentechnik), Klassensprecher, Besitzer vieler Autos☺ , Job in Medizintechnik, politisch aktiv auf der Universität, BSc Molekularbiologie, in Partnerschaft, wieder Single,	
Wer möchte ich sein?	Diplomarbeit in San Francisco ab November 2011, PhD in Cambridge, Weltweites Netzwerk an Freunden & Bekannten, Familie mit Kindern, Professor, motorcycling, diving, travelling, more risktaking	
Warum Verein?	Um meine Ziele bewusst und konsequent zu verfolgen und anderen dabei zu helfen ihre zu erreichen.	**Stärken:** Wissen, Freunde, Selbst, Familie

Brian hält eine der besten Präsentationen die wir bis jetzt gesehen haben. Charmant, ruhig, gut strukturiert mit einigen tollen Anekdoten. Seit seiner ersten Teilnahme 2010 hat sich Brian unglaublich stark verbessert und war in einem starken Zustand. Er ist scheinbar vollkommen mit sich in Einklang, weiss woher er kommt, was er kann und wohin er möchte. Als Lehrer und Professor wird er in seinem Bereich viel bewegen. Wir sind gespannt...

Sein Ziel ist es die Angst vor dem Unbekannten zu überwinden, indem er mehr als nur kalkulierte Risiken eingeht. Der Weg dorthin wird ein Ausflug in eine Höhle sein mit richtigen Engstellen durch die man Kriechen muss um voranzukommen.

Wenn du noch keine ultimative Vision für dein Leben hast, solltest du sie suchen um Kraft daraus zu schöpfen. (Philip Staud)

Selbstpräsentation Stefan Polzer (31 Jahre, in einer Phase der Neuorientierung, Wien)		
Wer war ich?	Nicht mein Körper, nicht mein Job, auf der Suche nach der Antwort auf "Wer bin ich? Warum bin ich hier?", normales Leben (Kindheit, Schule, Arbeit), aussergewöhnlich intensive Erfahrungen durch Trennung der Eltern, Erkrankung von Mutter und Schwester, intensive Partnerschaft, sieht und erlebt die Realität anders als andere,	
Wer möchte ich sein?	OOOOOOOOOOOOOOOMMMMMMMMMM (Der Klang aus dem das Universum entstand - http://de.wikipedia.org/wiki/Om), in jedem Moment vollkommen und mit allem in Einklang, eins mit dem höheren Selbst	**Stärken:** Geist, Selbst, Wissen
Warum Verein?	Um durch Kooperation und Kombination unserer Stärken zum Wachstum aller beizutragen.	„ Vollkommen!" (Nico Tonisch)

Mit seiner Präsentation setzt der Stefan einen neuen Standard. Sie ist äusserst individuell und authentisch. Gleichzeitig ist er beim Ablauf (Gegenwart – Vergangenheit – Zukunft) und beim Inhalt sehr innovativ. Man merkt wie anders er ist und das bereichert viele der Anwesenden. Er führt uns durch die prägendsten Erfahrungen seines Lebens und teilt für einen Moment lang einen Teil seines Strebens nach Vollkommenheit mit uns.

Sein Ziel ist es Menschen zu dienen und ihnen auf dem Weg zur Vollkommenheit zu helfen. Dazu gehört es zu lernen als Freelancer wirtschaftlich erfolgreich zu sein um dem Körper Nahrung und ein Dach über dem Kopf und dem Geist Inspiration durch Reisen und andere Dinge zu geben.

"We are divine beings. Not seperated from each other" (Stefan)

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

Enlightenment is a goal that you can´t reach. It´s a journey. (Stefan)

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren… Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 32`2011

Wer wir wirklich sind (Selbstpräsentation Teil 2)

In der Reflektion der letzten Woche haben wir versucht ohne Worte zu beschreiben (über eine Bewegung) was wir jede Woche machen. Auf Rückfrage einiger Teilnehmer hielt Philip-Sebastian einen Kurzvortrag über das Feedback geben. Es war interessant und hilfreich und dauerte deshalb länger als geplant.

Wie man richtig Feedback gibt

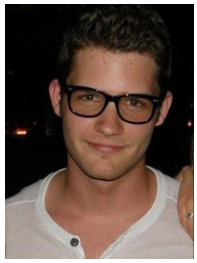
Konstruktives Feedback (Vortrag)	Destruktives Feedback (anschließende Diskussion)
1) Aktives Zuhören und evtl. Mitschreiben 2) Frage ob die Person der du Feedback geben möchtest, bereit ist dieses zu empfangen 3) Das richtige Feedback a) Sag was dir gut gefallen hat und warum es wertvoll für dich war (Dankbarkeit) b) Schlage Verbesserungen vor (+ eigene Wertigkeit) c) FAZIT – positiv zusammenfassen (Handlungsempfehlung)	… sollte besser vermieden werden, da es eine Stressituation in der anderen Person auslöst, die zu einer Abwehrhaltung führen kann. Jedoch, kann diese Form bewusst eingesetzt werden um einen besonders starken Fokus auf etwas zu legen. Es funktioniert jedoch nur, wenn eine respektvolle Autorität dieses Feedback (Wertung) ausspricht und man von der Richtigkeit dieser Werte überzeugt ist.

Das richtige Feedback sollte authentisch, ehrlich und respektvoll gegeben werde. (Anwesende)

Danach setzten wir mit den Selbstpräsentationen fort...

Da wir durch den Vortrag schon hinter dem Zeitplan waren und die geplante Zeit für die Präsentationen eher eine Herausforderung als die Realität darstellen, haben wir nicht alle eingeteilten Präsentationen durchführen können. Somit wird das Programm geändert und statt dem Inspirationsabend werden nächste Woche die Selbstpräsentationen fortgesetzt um unsere Gruppe auf 12 aktive Teilnehmer zu vergrössern.

Selbstpräsentation Christian Brandstötter (23 Jahre, Student der internationalen Wirtschaft, Korneuburg)

Wer war ich?	Schüchtern, verschlossen, übergewichtig-magersüchtig, strebsam, Mitläufer, unkritisch, geizig und introvertiert, sehr diszipliniert, lernend und offen für neue Erfahrungen (Persönlichkeitsentwicklung), Erfolge beim Abnehmen, Überwindung der Schlaflosigkeit und Koffeinsucht in Büchern beschrieben die er übers Internet verkauft, intensive Partnerschaften, wohnt noch zuhause	
Wer möchte ich sein?	Ausziehen, Bachelor abschliessen, stärkeres Engagement in einem Team, karitative Einsätze, mehr Workout & Sport, kommunikativer, tätig im Bereich Onlinemarketing, Networking, Consulting, Unternehmensgründung, Balance durch Yoga und Meditation,tiefe Partnerschaft, Familie, Buchautor	**Stärken:** Arbeit, Körper
Warum Verein?	Um sich in einer außergewöhnlichen Peergroup gegenseitig zu persönlichem Wachstum anzuregen und meinen Teamgeist zu stärken.	

Christian hat in seiner Präsentation sehr gewissenhaft jeden vorbereiteten Punkt erwähnt und ziemlich stark auf die Vergangenheit fokussiert. Durch die langsame und etwas lustlose Art zu Sprechen sank die Aufmerksamkeit und es blieb zu wenig Zeit für die Zukunft und seine Ziele. Die Qualität der Vorbereitung ist außergewöhnlich gut. Er hat die besten Unterlagen und alles zeitgerecht abgegeben. Mit viel Fleiss und Genauigkeit zu arbeiten ist – wie er es selbst auch sieht – seine besondere Stärke.

Sein Ziel ist einen klaren Fokus zu finden und mit seinem Buddy konkrete Ziele zu entdecken die ihn motivieren.

Wenn Fleiss und Gewissenhaftigkeit mit dem richtigen Fokus verbunden werden entsteht aus dieser Energie immer etwas Großes. (Nico)

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

Enlightenment is a goal that you can´t reach. It´s a journey. (Stefan)

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 32`2011

Selbstpräsentation Brian Reichholf (27 Jahre, Student der Molekularbiologie, Wien)		
Wer war ich?	Ruhig, schüchtern, Elektroniker (Nachrichtentechnik), Klassensprecher, Besitzer vieler Autos☺ , Job in Medizintechnik, politisch aktiv auf der Universität, BSc Molekularbiologie, in Partnerschaft, wieder Single,	
Wer möchte ich sein?	Diplomarbeit in San Francisco ab November 2011, PhD in Cambridge, Weltweites Netzwerk an Freunden & Bekannten, Familie mit Kindern, Professor, motorcycling, diving, travelling, more risktaking	
Warum Verein?	Um meine Ziele bewusst und konsequent zu verfolgen und anderen dabei zu helfen ihre zu erreichen.	**Stärken:** Wissen, Freunde, Selbst, Familie

Brian hält eine der besten Präsentationen die wir bis jetzt gesehen haben. Charmant, ruhig, gut strukturiert mit einigen tollen Anekdoten. Seit seiner ersten Teilnahme 2010 hat sich Brian unglaublich stark verbessert und war in einem starken Zustand. Er ist scheinbar vollkommen mit sich in Einklang, weiss woher er kommt, was er kann und wohin er möchte. Als Lehrer und Professor wird er in seinem Bereich viel bewegen. Wir sind gespannt...

Sein Ziel ist es die Angst vor dem Unbekannten zu überwinden, indem er mehr als nur kalkulierte Risiken eingeht. Der Weg dorthin wird ein Ausflug in eine Höhle sein mit richtigen Engstellen durch die man Kriechen muss um voranzukommen.

Wenn du noch keine ultimative Vision für dein Leben hast, solltest du sie suchen um Kraft daraus zu schöpfen. (Philip Staud)

Selbstpräsentation Stefan Polzer (31 Jahre, in einer Phase der Neuorientierung, Wien)		
Wer war ich?	Nicht mein Körper, nicht mein Job, auf der Suche nach der Antwort auf "Wer bin ich? Warum bin ich hier?", normales Leben (Kindheit, Schule, Arbeit), aussergewöhnlich intensive Erfahrungen durch Trennung der Eltern, Erkrankung von Mutter und Schwester, intensive Partnerschaft, sieht und erlebt die Realität anders als andere,	
Wer möchte ich sein?	OOOOOOOOOOOOOOOMMMMMMMMMM (Der Klang aus dem das Universum entstand - http://de.wikipedia.org/wiki/Om), in jedem Moment vollkommen und mit allem in Einklang, eins mit dem höheren Selbst	**Stärken:** Geist, Selbst, Wissen
Warum Verein?	Um durch Kooperation und Kombination unserer Stärken zum Wachstum aller beizutragen.	„ Vollkommen!" (Nico Tonisch)

Mit seiner Präsentation setzt der Stefan einen neuen Standard. Sie ist äusserst individuell und authentisch. Gleichzeitig ist er beim Ablauf (Gegenwart – Vergangenheit – Zukunft) und beim Inhalt sehr innovativ. Man merkt wie anders er ist und das bereichert viele der Anwesenden. Er führt uns durch die prägendsten Erfahrungen seines Lebens und teilt für einen Moment lang einen Teil seines Strebens nach Vollkommenheit mit uns.

Sein Ziel ist es Menschen zu dienen und ihnen auf dem Weg zur Vollkommenheit zu helfen. Dazu gehört es zu lernen als Freelancer wirtschaftlich erfolgreich zu sein um dem Körper Nahrung und ein Dach über dem Kopf und dem Geist Inspiration durch Reisen und andere Dinge zu geben.

"We are divine beings. Not seperated from each other" (Stefan)

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe in sunshine, fresh air and friendship.

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren… Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 33`2011

Wer wir wirklich sind (Selbstpräsentation Teil 3)

Der Kreis schliesst sich mit den letzten Selbstpräsentationen für diesen Zyklus. Wir durften wieder 3 absolut ehrliche, offene und erfrischend humorvolle Präsentationen geniessen. Durch all die Vorstellungen entdecken wir immer wieder, dass es vielen schwer fällt einen klaren Fokus zu finden und zu wissen, was wir wirklich wollen.

Um den zu finden setzten wir mit den Selbstpräsentationen fort um dann mit dem Coaching beginnen zu können.

Selbstpräsentation Felix Kogler(23 Jahre, Student Psychologie und Kommunikation, Teilzeitjob APA, Wien)		
Wer war ich?	Frühe Scheidung der Eltern, liebevolle Mutter, findet im Stiefvater einen wichtigen Mentor, Stiefvater stirbt und hinterlässt eine Leere aber auch Freiheit, Teil einer Gruppe mit Fokus Partnerschaften aufzubauen, bisher unglückliche Partnerwahl, finanziell relativ gut abgesichert, empathisch, offen,	
Wer möchte ich sein?	Wants to find a way to improve the world, erfolgreicher Unternehmer mit eigener Bar, finanziell unabhängig, liebevoller Partner, gesund und fit, Abschluss des Studiums, Spanish/Italienisch sprechen, Buch schreiben, einen Film drehen und viel Reisen, ein Rolemodel für andere	
Warum Verein?	Ich lebe und atme um anderen zu helfen und möchte mich in der Gruppe öffnen und Erfahrungen teilen die uns zum Wachstum führen	**Stärken:** Selbst, Umwelt, Körper,

Felix zeigt uns mit einer sehr in sich ruhenden und professionellen Präsentation, das in ihm viel Emotion steckt. Er sieht sich selbst als unruhig und innerlich brennend, aber nach aussen macht er einen sehr starken Eindruck. Diese innerliche Zerissenheit macht es für ihn schwer sein Ziel genauer zu definieren. Er hat eine große soziale Vision und träumt von einer besseren Welt, doch um diese zu realisieren wird es ihm helfen konkreter zu werden.

Sein Ziel ist einen klaren Fokus zu finden und mit seinem Buddy konkrete Ziele zu entdecken die ihn motivieren.

You are confident. Find focus. (Brian)
You lack confidence as long as you don´t accept yourself. BE YOURSELF. (Saana)

Selbstpräsentation Max Tomaschitz (23 Jahre, Student Immobilienwirtschaft (FH), Wien)		
Wer war ich?	Deutsch-Ungar, Auslandssemester in USA mit 16, 2x 1Mon Praktikum in einer Privatbank, leidenschaftlicher Jäger, kleidet sich gerne gut und geniesst gerne Luxus, starker familiärer Zusammenhalt, enge Freundschaften, 24 kg Gewicht in wenigen Monaten abgenommen (von 118kg auf 94kg)	
Wer möchte ich sein?	Persönliche Stärke, Mutter und Freunden beim Idealgewicht helfen, Abschluss Studium, Normalgewicht erreichen und Muskeln aufbaun, Investitionen in Immobilien und Aktien um passives Einkommen zu schaffen, Familienvater, Obdachlosen den Wiedereinstieg ermöglichen, konsequenter, Initiative,	
Warum Verein?	Um durch den Austausch mit anderen schneller ans Ziel zu kommen und mit meinem Wissen in Ernährung und stilvoller Kleidung unterstützen.	**Stärken:** Freunde, Familie, Selbst, Arbeit, Besitz, Körper

Max hat eine sehr erfrischende Art mit viel trockenem Humor. Seine Präsentation treibt vielen die Tränen in die Augen und ein breites Lachen ins Gesicht. Ihm ist besonders klar was er will und wie er es erreicht. Mit seinem Fokus auf seine Ziele und der starken Motivation die ihn antreibt ist er ein Vorbild für andere. Seine offene, ehrliche und lockere Art ist sympathisch aber durch die Wahl seiner Worte wirkt er trotzdem kühl, emotionslos und sozial distanziert.

Sein Ziel ist es bis Sommer 2012 ein 3-monatiges Praktikum in der Immobilienbranche gefunden zu haben.

Polarisierende Menschen sind interessant. Dadurch machen sie sich schnell Freunde, aber genauso áuch Feinde (Felix)

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe in sunshine, fresh air and friendship.

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren… Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 33`2011

Selbstpräsentation Robert Pap (45 Jahre, Wirtschaftscoach und Raumdesigner, Wien)		
Wer war ich?	Kindheit in Gemeindebau, Scheidung der Eltern mit 13, aufgewachsen bei Mutter, Diplomarbeit bei Maori in Neuseeland, Biobauer mit 40 Schafen, spirituell, Feng Shui Experte, der Armut entwachsen, sozial aktiv, mehrfacher Buchauthor, Gründer von 4 Firmen, Vater und Partner,	**Stärken:** Selbst, Geist, Familie, Umwelt, Arbeit, ...
Wer möchte ich sein?	Ausgeglichen, gut vernetzt, finanziell frei, First Impression als Unternehmen weiterentwickeln um neue Werte in die Wirtschaft zu tragen, bewusste Entwicklung der Männlichkeit, Wohlstand für Familie, Wissenschule zur Vernetzung von Jugend und Erfahrung, Aufbau eines Teams, mit Aktien und Immobilien erfolgreich, Zusammenarbeit mit Harvard/Princeton, Bücher und Weiterentwicklung als Experte für die Verbindung von Mensch und Raum, weiser Vater und Ehemann	
Warum Verein?	Um 13 Jahre unternehmerische Erfahrung zu teilen und an moderner Kommunikation teilzunehmen.	
Robert begleitet seine Präsentation mit einer Melodie von Keith Sherad und schafft eine sehr enge Beziehung zu den Zuhörern, indem er sich stark öffnet und seine Emotionen teilt. Er wird durch eine starke innere Kraft getrieben die ihn schon in vielen Bereichen weit gebracht hat. Seine Lebenserfahrung ist immens und das nicht alleine durch sein Alter, sondern auch durch weil er schon lange nach Möglichkeiten zum Wachstum sucht. Sein Ziel ist es bis spätestens Juni 2012 das nächste Buch fertigzustellen und erfolgreich zu veröffentlichen.		

"Der Abstand zwischen Menschen ist immer relativ - von Herz zu Herz." (Nico)

Schon im zweiten Zyklus haben wir fast alle Lebensbereiche besetzt und aus allen Selbstpräsentationen heraus ergeben sich schon tolle Coachingbeziehungen. Schon bei den Präsentationen haben wir erlebt, welche Energie die Kraft des Teams hat. Jeder hat sich weit geöffnet und dabei von äusserst wertvollem Feedback profitiert.

Schon vor Beginn der Coachings konnten einige Teilnehmer ihre Ziele erreichen. Diese waren wohl zu niedrig gesteckt ☺ Doch manchmal kann der klare Fokus schon helfen um die Dinge anzuziehen die man sich zum Ziel nimmt. Saana hat innerhalb kürzester Zeit ihren Traumpartner gefunden und dann auch noch eine Einladung zum Interview für ihren Wunschjob bekommen.

„Das Leben ist eine direkte Widerspiegelung der Erwartungen deiner Peer Group" (Anthony Robbins)

Durch das Commitment aller aktiven Teilnehmer jede Woche Teil der Runde zu sein, wird ein sehr starkes Band zwischen uns entstehen. Als Teilnehmer ist es unsere Aufgabe und unsere Pflicht die höchsten Standards vorzuleben und auch von anderen zu erwarten.

T. E. A. M. = Together Everybody Achieves More (Conny Schottky)

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 34`2011

Gibt es eine Erfahrung die jemand Teilen möchte?

Robert antwortet auf diese Frage mit einem Erlebnis von dem Coaching eines Geschäftsführers der in seiner Karriere viel Erfahrung und Wissen angesammelt hat. Dieser wurde von einem Headhunter abgeworben um eine Firma zu sanieren. Aus seiner Erfahrung und Wissen kam es zur Restrukturierung und langjährige Teams wurden aufgelöst und es kam zur Trennung.

Es ist ein Relikt aus vergangenen Tagen, dass Menschen als Produktionsfaktor angesehen wird. Austauschbar und einfach zu steuern. Doch das bringt heute nicht mehr dieselben Ergebnisse wie vor 100 Jahren im Aufkommen der Industriegesellschaft. Die aktuelle Wirtschaftskrise ist ein Ausdruck dieser Wertkonflikte. Unsere alten Werte bringen nicht mehr die gewünschten Ergebnisse. Darum entsteht Schmerz und es muss sich ein neues Verhalten entwickeln.

Carina erzählt von Initiativen aus den USA bei denen sich Unternehmer stärker an ihrer sozialen Verpflichtung orientieren und dadurch einen höheren Firmenwert erzeugen. Ein Beispiel ist das Outplacement = soziales Schrumpfen der Unternehmensorganisation auf eine profitable Größe durch Vermittlung eigener Mitarbeiter in andere Unternehmen.

Wir alle sind Teil dieser Wirtschaft und unser Verhalten als Konsument beeinflusst die Unternehmen. (Lukas)

Gibt es Neuigkeiten im Leben der Anwesenden?

Philip hat das Gefühl alles bewegt sich. Er empfindet Angst vor der Veränderung, aber auch Angst vor dem Stillstand. In beiden Fällen ist die Angst sehr lähmend und hindert ihn daran Entscheidungen zutreffen. Wie er aber selbst erkennt kann man in der Veränderung auch vieles entdecken was einen begeistert.

Ines und Carina bemerken dazu, dass es oft schwierig ist sich für das unbekannte Neue zu begeistern. Man weiss nie was kommt und kann sich nur schwer orientieren. Diese Ungewissheit kann innerlich zerreissen und dazu führen, dass man sein persönliches Lebensglück opfert indem man in der Energie aus Angst bleibt.

Aus dieser Situation heraus hat die Carina eine sehr schwerwiegende Entscheidung für sich und Nico getroffen. Nach 4 Jahren in einer wundervollen Beziehung erlebt sie genauso die schon angesprochene Angst vor dem Stillstand und hat sich zu einer Veränderung entschlossen die ihr mehr Freiheit und Vergnügen bringen soll.

Die Beziehung wie sie am Ende war, konnte beiden nicht mehr die Befriedigung geben, die man sich von einer Beziehung erwartet. Jetzt wo es vorbei ist, ist Platz für Neues und vieles wird sich verändern. Was die Zukunft bringt kann niemand wissen, nur das: Das Leben und die Gefühle spielen ihr eigenes Spiel.

Die Liebe ist wie ein Vogel. Er bringt uns an Orte die zu schön sind um sie mit Worten zu beschreiben. Auf den Schwingen der Liebe sollen wir reiten und die Wunder dieser Welt entdecken. Wir sollten vom Leben nur das Maximum erwarten und unser Bestes geben um das auch zu erreichen. Leider ist die Liebe auch so frei wie ein Vogel. Man kann sie nicht festhalten oder ihr sagen was sie tun soll. Man kann mit ihr fliegen, doch wenn sie ohne uns weiterzieht sollten wir sie gehen lassen.

Denn die Liebe ist frei und wird immer machen was sie will. Wenn sie weiterfliegt wird sie irgendwann wieder bei jemandem landen und es wird wieder zauberhaft sein.

Im Schmerz, der Trauer und der Furcht der Trennung erlebe ich Emotionen die erst mal jegliche Energie raubt. Der Schmerz wird weitergehen, denn er ist so groß wie die Liebe die uns verbunden hat. Nachdem die Liebe uns langsam verlässt wird der Schmerz unsere letzte große und tiefe gemeinsame Emotion sein. Ich werde sie ehren und jeden Augenblick geniessen in dem wir noch ein letztes Mal verbunden sind.

Danach werden wir beide wieder frei sein. Wie der Vogel. Wie die Liebe...

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 34`2011

Welche unerwarteten Ereignisse haben euer Leben verändert?

Max erzählt davon, wie viele spontane Einladungen von Freunden seinen Terminplan gefüllt haben und er auf einmal wenig Zeit und Schlaf haben wird. Er freut sich aber sehr auf die Party und einen morgendlichen Jagdausflug – obwohl auch sehr gefährlich, weil nicht geschlafen und mit einer geladenen Waffe in der Hand.

Lukas hat durch ein Video, dass mit einem der früheren Newsletter verteilt wurde seine Sicht von Wohlstand neu definiert. Denn Reichtum fängt in uns an und es ist wichtig sich immer wieder bewusst zu machen wie reich wir alle sind. Vor allem wenn wir in der ersten Welt geboren sind.

Ron hat eine Einladung für eine nachweihnachtliche Reise nach Neuseeland bekommen um dort mit seiner Familie und mit Freunden eine schöne Zeit zu verbringen.

Felix ist zu Recht begeistert, dass er den Wecker um 7 gestellt hat und einfach aufgestanden ist um den Tag zu beginnen. Statt sich aus dem Bett zu quälen, hat er seinem Tag ein bisschen Zeit geschenkt und diese Freude kam den ganzen Tag auf ihn zurück und durch das Teilen auch auf viele von uns.

Hat jemand eine Idee – oder von einer Kenntnis bekommen – die das Potential hat mehr Wert zu schaffen?

Durch unsere Bewertung, geben oder nehmen wir den Dingen ihren Wert.

Philip erzählt von einer Plattform die er kennt bei dem es verschiedene Portale gibt. Man zahlt eine Mitgliedschaft und erhält dann durch die Filter der Homepagebetreiber Informationen die helfen sollen um bessere Investmententscheidungen zu treffen.

Der Wert dieser Information, liegt im Ergebnis der Entscheidung. Jede neue Informationsquelle kann zu einer neuen Entscheidung führen. Den Wert dieser Plattform bewertet Philip subjektiv höher, als andere in unserer Runde. Den zu bezahlende Aktientipps sind zwiespältig zu betrachten.

Lukas erzählt von einer Idee um in Klosterneuburg/Weidling unentdeckte Potentiale zu heben. Es gibt sehr viele Obstbäume voll von Obst, welches aber verfault weil die Besitzer mit für die Menge keinen Nutzen hat. Lukas möchte dem einen Nutzen zu führen und dadurch den Wert steigern.

Die erste Idee ist ein Geschäft, in welches die Besitzer ihr Obst bringen und den Verkaufspreis festlegen. Andere können dann in dieses Geschäft um regionales Obst zu kaufen. Es soll ein sozialer Ort sein, wo sich Menschen begegnen können. Finanzieren möchte sich Lukas über eine 10% Provision vom Verkaufspreis.

Die erste Formulierung der Idee ist eine Vision für eine bessere Welt. Doch um diese zu realisieren gilt es ihre Werthaltigkeit wirtschaftlich zu überprüfen.

	Lukas	Billa/Spar/Hofer
Einnahmen durch Kundennutzen	gesundes Obst	
- Ausgaben zur Erzeugung	Zeit, Produkte, Verarbeitung,	
Gewinn/Verlust = wirtschaftlicher Wert		

Am Ende wird die Umsetzung mit dem höchsten Gewinn am Markt überleben. Nur wenn Lukas es schafft durch höhere Einnahmen (mehr Kundennutzen) oder niedrigere Ausgaben (bessere Ressourcennutzung) mehr Wert zu erzeugen, wird er sich einen Platz am Markt für Obst und Gemüsehandel schaffen.

Definition: Werte sind subjektiver Nutzen um unsere Wertvorstellungen zu befriedigen. Abhängig von der individuellen Wertvorstellung bewertet jeder Mensch die Welt um sich herum. Alles was einen Nutzen hat, hat einen Wert. Alles ohne Nutzen ist wertlos.

(Bsp.: Apfel am Baum – wenn er verfault -> wertlos, wenn er gegessen wird -> wertvoll)

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

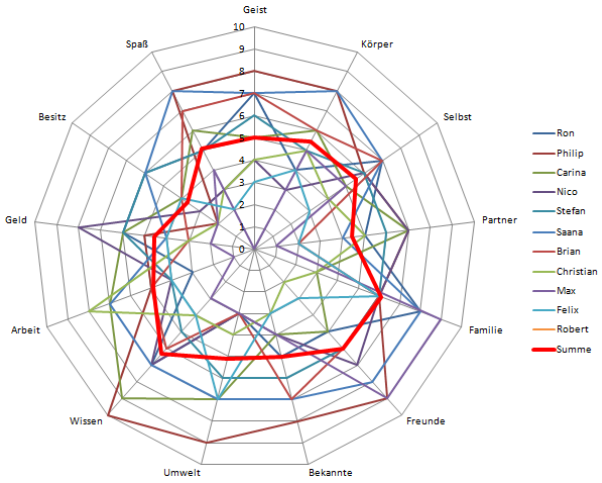
Coaching Inspiration Training Open Space

We believe the universe is planned for good!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 35`2011

Das Coachingformat auf Basis eines klar definierten Hauptzieles

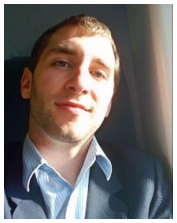


Beinahe vollzählig starten wir in den ersten Coachingzyklus. Der Graph zeigt schön wie wir uns unterscheiden und vor allem, dass die individuellen Stärken deutlich den Gruppendurchschnitt übersteigen. Genau diese Stärken werden im Coaching eingesetzt um anderen Mitgliedern beim Wachstum zu helfen.

Für unser erstes Coaching hat die Carina einen Mentoring Vertrag entworfen, der die Zusammenarbeit regelt um unsere definierten Ziele zu erreichen.

WICHTIG: Der Grund warum wir uns Ziele setzen, ist nicht um diese zu erreichen. Es geht um den Weg dorthin und darum, dass wir dabei über uns selbst und unsere eigenen Grenzen hinaus wachsen.

Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile (Aristoteles)

	Es war sehr aufschlussreich und Ron hat mir geholfen Druck von mir zu nehmen aus Angst, dass ich jemanden enttäuschen könnte. Es ist mein Ziel einen positiven Cashflow von 1000 EUR ab August 2012 einzunehmen, indem ich anderen bei Ihren Problemen helfe. In diesem Sinne möchte ich bis 31.August 2012 5 Personen dafür begeistern ihre finanzielle Zukunft selbst in die Hand zu nehmen. Der nächste Schritt dorthin ist ein Business Plan für ein Tanzportal zu schreiben. Die Herausforderung dabei wird sein das Ziel zu verinnerlichen, da ich mich bisher nicht mit finanziellen Dingen beschäftigt habe.
	Mein Ziel ist mir relativ klar und ich habe schon eine gute Vorstellung wie es ablaufen kann. Der Grund warum ich es tun möchte ist um mein Ausdauer und mein Durchhaltevermögen zu trainieren. Philip hatte eine tolle Methode mit guten Fragen durchs Coaching zu leiten. Dennoch fühlte ich mich sehr dominant und hatte das Gefühl die Führung zu haben, wobei ich eher erwartet habe selber geführt zu werden. Mein Ziel ist es an einem Triathlon im März/April 2012 in Sidney in der Distanz Sprint/Olympic teilzunehmen und eigenständig durchs Ziel zu laufen. Dafür werde ich als nächstes einen Trainingsplan aufstellen und Trainingspartner finden. Die nächste große Herausforderung ist das Beginnen!
	Die Carina hat eine klare Vorstellung was zu tun ist um mein Ziel zu erreichen und geht sehr professionell vor um mich dabei zu unterstützen. Sie hilft mir mein Ziel klarer zu formulieren und messbar zu machen. Ziel: Überdurchschnittliche Bewerbungsunterlagen für Stanford bis 31.September 2012 abschicken. Messen werde ich es durch die Ergebnisse bei den Aufnahme Tests TOEFL und GMAT, sowie durch eine qualitative Feedbackrunde bei der ich die Unterlagen an 10 Personen schicke die auf einer Universität in der Ivy League studiert haben. Das Ziel ist erreicht bei einer Bewertung von über 80% (auf Skala von 1-100)
	Ich fand das Coaching sehr strukturiert und es war eine angenehme Stimmung. Nico war sehr aufmerksam, hat aktiv zugehört und ich kann mich mit dem Ergebnis identifizieren. Ich konnte schon einen ersten Schritt sehen um in die Richtung zu gehen die mir gefällt. Mein Ziel wurde klarer und konkreter definiert. Ich möchte jetzt bis 1. März 2012 eine erfüllende Aufgabe finden mit der ich Geld verdiene. Diese 2 Aspekte kann man messen indem ich ein Erfüllungstagebuch führe und den Zufluss auf mein Konto beobachte. Aus meiner subjektiven Erfüllung möchte ich zu über 80% durchschnittlich erfüllt sein um mit meiner Aufgabe zufrieden zu sein.

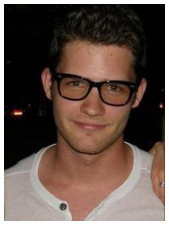
Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe the universe is planned for good!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 35`2011

	Saana war diese Woche nicht dabei. Sie wird sich mit Brian und Stefan jeweils einen extra Termin ausmachen um das verpasste Treffen nachzuholen.
	Nachdem die Saana nicht da war wurde das Coaching stellvertretend durch den Stefan durchgeführt. Brian hat sich gut selbst reflektiert und dadurch erfahren, dass all seine Ängste überwunden werden können, wenn er ein stärkeres Urvertrauen entwickelt. Das kann er unter anderem durch wöchentliche Meditation erreichen und soll mittels Stimmungsbarometer den Fortschritt messen. Ein konkretes SMART Ziel wird er mit der Saana beim nächsten Coaching definieren. Eine Möglichkeit ist es am 30. November mit einer Familie in San Francisco Thanks Givving zu feiern.
	Max hat es zum Ziel bis Ende November ein 3 monatiges Praktikum in der Immobilienbranche zu finden. Dazu wird er jetzt seinen Lebenslauf optimieren und ein Anschreiben formulieren. Danach wird er 30 Unternehmen heraussuchen und anschreiben. Den Brian näher kennenlernen zu dürfen ist eine wundervolle Erfahrung. Er ist über das Coaching hinaus eine sehr inspirierende Persönlichkeit. Gemeinsam haben wir die Herausforderung, ein Praktikum in so kurzer Zeit zu finden, in Angriff genommen.
	Mein erstes Coaching mit Max war nicht unbedingt das, was ich mir vorgestellt habe. Wir sind zwei sehr unterschiedliche Menschen, er mehr der praktisch Denkende, ich mehr der Träumer. Max hat energisch versucht mir zu helfen, indem er unbedingt konkrete Ziele finden wollte, bereits in der ersten Session. Mir war das insofern unangenehm, als ich mich sehr bedrängt gefühlt habe und es mir nicht leicht fiel, eine persönliche Beziehung zu Max aufzubauen. Es wäre mir lieber gewesen, wir hätten erst einmal eine Vetrauensbasis geschaffen, die den weiteren Coachingverlauf begünstigen würde.
	Mein Vision ist es im Moment mehr an Eigenständigkeit zu gewinnen. Daher habe ich mir das Ziel gesetzt am 1.3.2012 in meiner eigenen Wohnung in Wien zu haben und eine Einweihungsparty zu feiern. Für die nächsten Schritte muss ich mir daher überlegen in welchen Bezirk ich gerne möchte und einen Finanzplan aufstellen um abschätzen zu können welche Kosten auf mich zu kommen und ob mein Cashflow dafür ausreichen wird. Unklar ist noch wie meine Eltern dieses Thema aufnehmen werden und ob ich von ihnen entweder Unterstützung oder Widerstand erwarten kann.
	Mir ist klar geworden wie mir der Christian bei der Umsetzung meines Ziels helfen kann. Ich möchte ein Buch zum Thema Management und Raumdesign schreiben, abschliessen und bis Anfang Juni 2012 zum Verkauf am Markt anbieten und dabei verstärkt moderne Vertriebskanäle (Online) nutzen. Als nächsten Schritt werde ich 2x in der Woche von 6 bis 8 Uhr schreiben und das Ganze mit einem Workout beginnen. (10 Klimmzüge und Stretching) Meine größte Herausforderung beim Schreiben wird es sein die vielen kleinen Geschichten in einen größeren Zusammenhang zu setzen.
	Ich werde bis spätestens 1. Dezember 2011 ein genaues Bild meiner zukünftigen beruflichen Laufbahn haben. Gemessen wird mit meinem "Stimmungsbarometer". Die nächsten Schritte sind eine SWOT Analyse meiner aktuellen Themen und Einführung eines schriftlichen Stimmungsparameters, sowie die Entscheidung ob und mit wem ein LED-Online-Shop aufgebaut wird. Nebenziele (gemeinsam mit Felix): 100 Push-ups und 200 Sit-ups bis Ende 2011, mit beidem bereits begonnen! Und das Haus fertig bauen um spätestens Ende März 2012 einziehen zu können.

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

**We believe that the love of man for women,
and the love of women for men is holy.**

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 36`2011

Unterschiedliche Qualitäten von Mann und Frau

Der Segen der Gleichberechtigung ist vermutlich einer der größten Irrglauben die es in unserer heutigen Zeit gibt. Frauen wollen wie Männer sein und Männer sollen mehr wie Frauen sein. Diese Entwicklung geht schon über mehrere Generationen und unser Elternhaus, ja sogar unsere Grosseltern haben uns dabei beeinflusst.

Dies ist eine Entwicklung in mehreren Stufen. Aus einer gegenseitigen Abhängigkeit und strikten Rollentrennung entwickeln sich die Geschlechter in die gleichberechtigte Gesellschaft wie wir sie heute kennen in denen viele nach Individualität und Freiheit streben und nahmen stärker die Rolle des anderen Geschlechts an. Ein Nebeneffekt ist eine steigende Unzufriedenheit in der Intimität, weil den Männern die Richtung fehlt und Frauen gestresst sind wenn sie nicht einfach sein können. Durch die fehlende Polarität verschwindet die Leidenschaft.

Nur wenn Männer Männer sind, können Frauen Frauen sein. (Nico)

Robert Pap über den Weg zu einer reifen Männlichkeit

Robert erzählt uns wie er bei Mutter und Schwester aufgewachsen ist. Er hat die Fähigkeit entwickelt die Wünsche der Frauen von ihren Augen abzulesen und sie haben ihn dafür geliebt. Irgendwann hat er bemerkt, dass Männer ihn nicht in ihre Gruppe aufgenommen haben, da er zu feminin war.

Nachdem er sich mehr mit dem Thema Männlichkeit beschäftigt hat wurde ihm vieles klar. Es gibt heutzutage weder Rituale um Jungs zu Männern zu machen, noch um Mädchen zu Frauen zu machen. Dafür sind 2 wichtige Voraussetzungen notwendig: a) eine „heilige“ Stätte an der das Ritual schon oft praktiziert wurde und
b) ein Oberhaupt (reife Persönlichkeit) – von allen anerkannt

Gerade die reifen Persönlichkeiten sind heute immer schwerer zu finden, da sowohl Männer als auch Frauen in den meisten Fällen nicht mehr in ihrer reinen Männlichkeit oder Weiblichkeit leben.

Liebhaber (ödipales Kind) – Osten – Wasser	***Krieger (Held) – Süden – Erde***
Negative Ausprägung = Muttersöhnchen Selbstbefriedigung, übernimmt keine Verantwortung, Träumer Positive Ausprägung = Verbindung zur Mutter (Erde) Spiritualität, weckt Verbundenheit unter Menschen, leidenschaftlich, offen, zärtlich, Mediator, sucht die Einheit mit der Welt, sehr empathisch und emotional, tiefe Liebe zu sich, anderen Menschen und Gott, über dem Ego im Fluss des Lebens	Negative Ausprägung = Klassentyrann (Bsp.: Malfoy) Falsche Überlegenheit, Arroganz, Unterdrücker, Streiter, Feigling Positive Ausprägung = Held (Bsp.: Harry Potter) Bringt starke Energien auf um sich persönlich zu entwickeln. Macht Fehler, lernt aus diesen und handelt zum Wohle anderer. -> Löst sich von der weiblichen Energie der Mutter um der Welt Stabilität zu geben, Grenzen zu setzen und auch Nein zu sagen
Magier (wissbegieriges Kind) – Westen – Luft	***König (göttliches Kind) – Norden – Feuer***
Negative Ausprägung = Tarnen & Täuschen Lässt andere im Stich oder spielt, neidig, verheimlicht, manipuliert, Positive Ausprägung = Forscher / Erfinder Hat die Aufgabe die Gesetze des Lebens zu ergründen und will verstehen wie die Dinge zusammenhängen. Sieht mehr als andere und besitzt dadurch die Fähigkeit zu enttarnen und Wahrheit in die Welt zu bringen.	Negative Ausprägung = Narzisst (Selbstverliebt) Bringt sich selbst imer in den Mittelpunkt ist aber im Grunde hilflos Positive Ausprägung = Forscher / Erfinder Kraft in Mitte von Chaos Ordnung und Gerechtigkeit zu schaffen. Schafft Rahmenbedingungen um Kreativität und Fruchtbarkeit auszulösen, lenkt seine Gefühle und Gedanken souverän. Raum für Freundschaften und Visionen. Gibt die Richtung vor.

Be yourself from the middle of who you are. (Saana)

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

**We believe that the love of man for women,
and the love of women for men is holy.**

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 36`2011

Christian Brandstötter über den Weg des wahren Mannes

Der wahre Mann ist getrieben von einer Vision, selbstsicher, bestimmt und mit klarem Fokus dabei seinen gewählten Weg des Lebens mit hoher Integrität und Humor zu gehen. Dieser Mann wird besonders stark von weiblichen Frauen angezogen und zieht diese zu sich. Er liebt es die Frau sexuell zu befriedigen und sie mit seiner vollen Präsenz mitzureißen.

Die wahre Frau ist eins mit ihren Emotionen und eine unerschöpfliche Energiequelle der Inspirationen und Kreativität. Sie ist die Kraft die das Leben bewegt und es mit Lebendigkeit füllt und alles verändert. Sie sind verspielt, tanzen und fühlen ihren Körper und Stimmungen in ihrer Umgebung. Entscheidungen zu treffen ist sinnlos, da Frauen am liebsten im Moment leben. Alles was eine Frau will um in ihrer Weiblichkeit zu sein ist ihre stürmischen Emotionen ausleben zu können. Diese können sich dabei von Minute zu Minute ändern.

In einer Beziehung ergänzen sich Mann und Frau einfach perfekt. Sie will wissen, dass jemand da ist der ihren emotionalen Stürmen standhalten kann und zu ihr steht, indem er sie einfach so liebt wie sie ist. Ein echter Mann weiss das und ist glücklich wenn er seiner Frau diese Stabilität geben kann und sie einfach nur glücklich macht.

Das Spiel der Geschlechter

Nehmen wir die häufig verwendete Metapher vom Fels in der Brandung. Echte Männer sind wie der Fels im Ozean, der ständig Wellen schlägt und unberechenbar ist wie das Wetter. Genauso wie der Ozean den Stein, versuchen Frauen oft die Männer durch Tests und Stimmungsschwankungen zu bewegen. Doch sobald der Mann sich bewegen lässt versinkt er im Meer und das wunderbare Säuseln der Brandung und die weisse Krone aus der Verbindung von Fels und Brandung verschwinden.

"It is up to you: you can have a loving friendship between two similars, but you need a more masculine and a more feminine partner in the moments when you want strong sexual polarity." (David Deida, Way of the superior man)

Genauso verschwindet auch in einer Beziehung die Leidenschaft wenn ein Mann seine Richtung verliert und nicht mehr die Führung trägt. Damit muss die Frau männlicher werden und gibt ihre Weiblichkeit auf. Viele heutige Beziehungen leben als neutrale Partner und verspüren nicht mehr die Erfüllung wie am Anfang. Am stärksten äussert sich diese verlorene Leidenschaft im Schlafzimmer, denn beim Sex geht plötzlich gar nichts mehr.

„If you want to have real passion you need a ravisher and a ravishee. Otherwise you´ll end up in bed as two buddies rubbing genitals together." (David Deida, Way of the superior man)

Wissen		**Beispiele echter Männer**
Für Männer:	Der Weg des wahren Mannes, David Deida	http://www.youtube.com/watch?v=rfm1teFyW_s
	Lob des Sexismus, Lodovico Satana	http://www.youtube.com/watch?v=1pdL34jAIjA
Für Frauen:	http://christian-sander.net/	http://www.youtube.com/watch?v=ZQiRtJ6uumk
	How to make anyone fall in love with you? By Leil Lowndes	http://www.youtube.com/watch?v=LTbASqoqH3Q
Für Alle	Antworten von Angelo, Elfie Horak	

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

**We believe that the love of man for women,
and the love of women for men is holy.**

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 36`2011

Unterschiedliche Qualitäten von Mann und Frau

Der Segen der Gleichberechtigung ist vermutlich einer der größten Irrglauben die es in unserer heutigen Zeit gibt. Frauen wollen wie Männer sein und Männer sollen mehr wie Frauen sein. Diese Entwicklung geht schon über mehrere Generationen und unser Elternhaus, ja sogar unsere Grosseltern haben uns dabei beeinflusst.

Dies ist eine Entwicklung in mehreren Stufen. Aus einer gegenseitigen Abhängigkeit und strikten Rollentrennung entwickeln sich die Geschlechter in die gleichberechtigte Gesellschaft wie wir sie heute kennen in denen viele nach Individualität und Freiheit streben und nahmen stärker die Rolle des anderen Geschlechts an. Ein Nebeneffekt ist eine steigende Unzufriedenheit in der Intimität, weil den Männern die Richtung fehlt und Frauen gestresst sind wenn sie nicht einfach sein können. Durch die fehlende Polarität verschwindet die Leidenschaft.

Nur wenn Männer Männer sind, können Frauen Frauen sein. (Nico)

Robert Pap über den Weg zu einer reifen Männlichkeit

Robert erzählt uns wie er bei Mutter und Schwester aufgewachsen ist. Er hat die Fähigkeit entwickelt die Wünsche der Frauen von ihren Augen abzulesen und sie haben ihn dafür geliebt. Irgendwann hat er bemerkt, dass Männer ihn nicht in ihre Gruppe aufgenommen haben, da er zu feminin war.

Nachdem er sich mehr mit dem Thema Männlichkeit beschäftigt hat wurde ihm vieles klar. Es gibt heutzutage weder Rituale um Jungs zu Männern zu machen, noch um Mädchen zu Frauen zu machen. Dafür sind 2 wichtige Voraussetzungen notwendig: a) eine „heilige“ Stätte an der das Ritual schon oft praktiziert wurde und
b) ein Oberhaupt (reife Persönlichkeit) – von allen anerkannt

Gerade die reifen Persönlichkeiten sind heute immer schwerer zu finden, da sowohl Männer als auch Frauen in den meisten Fällen nicht mehr in ihrer reinen Männlichkeit oder Weiblichkeit leben.

Liebhaber (ödipales Kind) – Osten – Wasser	***Krieger (Held) – Süden – Erde***
Negative Ausprägung = Muttersöhnchen Selbstbefriedigung, übernimmt keine Verantwortung, Träumer Positive Ausprägung = Verbindung zur Mutter (Erde) Spiritualität, weckt Verbundenheit unter Menschen, leidenschaftlich, offen, zärtlich, Mediator, sucht die Einheit mit der Welt, sehr empathisch und emotional, tiefe Liebe zu sich, anderen Menschen und Gott, über dem Ego im Fluss des Lebens	Negative Ausprägung = Klassentyrann (Bsp.: Malfoy) Falsche Überlegenheit, Arroganz, Unterdrücker, Streiter, Feigling Positive Ausprägung = Held (Bsp.: Harry Potter) Bringt starke Energien auf um sich persönlich zu entwickeln. Macht Fehler, lernt aus diesen und handelt zum Wohle anderer. -> Löst sich von der weiblichen Energie der Mutter um der Welt Stabilität zu geben, Grenzen zu setzen und auch Nein zu sagen
Magier (wissbegieriges Kind) – Westen – Luft	***König (göttliches Kind) – Norden – Feuer***
Negative Ausprägung = Tarnen & Täuschen Lässt andere im Stich oder spielt, neidig, verheimlicht, manipuliert, Positive Ausprägung = Forscher / Erfinder Hat die Aufgabe die Gesetze des Lebens zu ergründen und will verstehen wie die Dinge zusammenhängen. Sieht mehr als andere und besitzt dadurch die Fähigkeit zu enttarnen und Wahrheit in die Welt zu bringen.	Negative Ausprägung = Narzisst (Selbstverliebt) Bringt sich selbst imer in den Mittelpunkt ist aber im Grunde hilflos Positive Ausprägung = Forscher / Erfinder Kraft in Mitte von Chaos Ordnung und Gerechtigkeit zu schaffen. Schafft Rahmenbedingungen um Kreativität und Fruchtbarkeit auszulösen, lenkt seine Gefühle und Gedanken souverän. Raum für Freundschaften und Visionen. Gibt die Richtung vor.

Be yourself from the middle of who you are. (Saana)

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

**We believe that the love of man for women,
and the love of women for men is holy.**

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 36`2011

Christian Brandstötter über den Weg des wahren Mannes

Der wahre Mann ist getrieben von einer Vision, selbstsicher, bestimmt und mit klarem Fokus dabei seinen gewählten Weg des Lebens mit hoher Integrität und Humor zu gehen. Dieser Mann wird besonders stark von weiblichen Frauen angezogen und zieht diese zu sich. Er liebt es die Frau sexuell zu befriedigen und sie mit seiner vollen Präsenz mitzureißen.

Die wahre Frau ist eins mit ihren Emotionen und eine unerschöpfliche Energiequelle der Inspirationen und Kreativität. Sie ist die Kraft die das Leben bewegt und es mit Lebendigkeit füllt und alles verändert. Sie sind verspielt, tanzen und fühlen ihren Körper und Stimmungen in ihrer Umgebung. Entscheidungen zu treffen ist sinnlos, da Frauen am liebsten im Moment leben. Alles was eine Frau will um in ihrer Weiblichkeit zu sein ist ihre stürmischen Emotionen ausleben zu können. Diese können sich dabei von Minute zu Minute ändern.

In einer Beziehung ergänzen sich Mann und Frau einfach perfekt. Sie will wissen, dass jemand da ist der ihren emotionalen Stürmen standhalten kann und zu ihr steht, indem er sie einfach so liebt wie sie ist. Ein echter Mann weiss das und ist glücklich wenn er seiner Frau diese Stabilität geben kann und sie einfach nur glücklich macht.

Das Spiel der Geschlechter

Nehmen wir die häufig verwendete Metapher vom Fels in der Brandung. Echte Männer sind wie der Fels im Ozean, der ständig Wellen schlägt und unberechenbar ist wie das Wetter. Genauso wie der Ozean den Stein, versuchen Frauen oft die Männer durch Tests und Stimmungsschwankungen zu bewegen. Doch sobald der Mann sich bewegen lässt versinkt er im Meer und das wunderbare Säuseln der Brandung und die weisse Krone aus der Verbindung von Fels und Brandung verschwinden.

"It is up to you: you can have a loving friendship between two similars, but you need a more masculine and a more feminine partner in the moments when you want strong sexual polarity." (David Deida, Way of the superior man)

Genauso verschwindet auch in einer Beziehung die Leidenschaft wenn ein Mann seine Richtung verliert und nicht mehr die Führung trägt. Damit muss die Frau männlicher werden und gibt ihre Weiblichkeit auf. Viele heutige Beziehungen leben als neutrale Partner und verspüren nicht mehr die Erfüllung wie am Anfang. Am stärksten äussert sich diese verlorene Leidenschaft im Schlafzimmer, denn beim Sex geht plötzlich gar nichts mehr.

„If you want to have real passion you need a ravisher and a ravishee. Otherwise you´ll end up in bed as two buddies rubbing genitals together." (David Deida, Way of the superior man)

Wissen		**Beispiele echter Männer**
Für Männer:	Der Weg des wahren Mannes, David Deida	http://www.youtube.com/watch?v=rfm1teFyW_s
	Lob des Sexismus, Lodovico Satana	http://www.youtube.com/watch?v=1pdL34jAIjA
Für Frauen:	http://christian-sander.net/	http://www.youtube.com/watch?v=ZQiRtJ6uumk
	How to make anyone fall in love with you? By Leil Lowndes	http://www.youtube.com/watch?v=LTbASqoqH3Q
Für Alle	Antworten von Angelo, Elfie Horak	

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe that it is possible that we make other creeds as new light may come to us.

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 37`2011

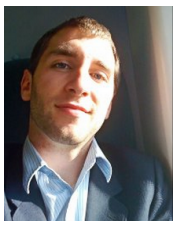
RPM – Rapid Planning Method: Ein Tool um Ergebnisse zu produzieren

Massive Action	Result	Purpose
Hier plane ich **WIE** ich mein Ziel erreichen möchte	**WAS** und **WIEVIEL**, will ich **WANN** erreichen. Je genauer man dieses Ziel definiert, desto besser kann man es sich vorstellen.	Am wichtigsten is das **WARUM**. Je klarer mir bewusst ist aus welchem Grund ich dieses Ziel erreichen möchte, desto mehr Kraft gibt es.
INPUT	THROUGHPUT	OUTPUT

Die einfachsten Dinge im Leben sind die besten. Um nicht nur über unsere Vorhaben zu reden und dadurch schon zufrieden zu sein, spornen wir uns gegenseitig an um immer mehr Klarheit zu bekommen. Man kann beim Ziel beginnen, doch die wirklich wichtige Frage ist WARUM wir tun was wir tun. Der Trick dabei ein Ziel zu erreichen ist wirklich einfach. Es geht nur darum mehr Klarheit zu bekommen und anschliessend einfach zu TUN was zu TUN ist.

WICHTIG: Um eine Antwort auf das Warum zu finden müssen wir nur genau auf unsere Emotionen und unser Herz hören. Wenn wir wissen wollen Wie wir erreichen was wir wollen auf den Kopf. Gemeinsam sind die beiden stark, so wie wir in der Gruppe.

Clarity is power (Anthony Robbins)

	Das Coaching war sehr persönlich. Es hat mir die Perspektive und Wissen in Erinnerung gerufen, die gleich bleibt. Ich habe mich wieder an meine Identität erinnert und das wahre Ausmaß meiner Probleme gesehen. Ich habe erkannt, dass es ein Vorteil ist, dass ich momentan in meiner Situation bin und das wahre Ausmaß meiner Probleme ziemlich temporär ist. Meine Erfolge sind einen Plan erstellt und eine Kamera besorgt zu haben. **Die nächsten Schritte sind ein Morgenritual zu schaffen sowie eine Routine um an meinen Plänen zu arbeiten.**
	Nachdem ich durch 's "krank sein" geschwächt war hat mir das Coaching wieder Antrieb gegeben und Motivation die erarbeiteten Strategien auszuprobieren. Philip hat mir Tipps gegeben schneller in eine Laufroutine zu kommen, da mir momentan der Start/die erste Hälfte sehr schwer fällt. Sein Vorschlag war eine Routine vor und nach dem Laufen zu entwickeln, diese kann beinhalten bestimmte Lieder zu hören, auf eine gleiche Art und Weise zu Atmen und/oder sich bestimmte Phrasen vorzusagen.
	Bei meinem letzten Coaching war ich ein bisschen angespannt, da ich schon eine Woche nicht mehr mit der Carina geredet hatte. Mein Ziel arbeitet in mir und es passiert viel. So habe ich zum Beispiel schon erste Interviews geführt und auch neue Bekanntschaften gemacht die mir mit tollen Kontakten weiterhelfen können. Beim Coaching habe ich der Carina meine Fortschritte erzählt, doch sie war nicht ganz zufrieden, weil ich nicht alle Aufgaben gemacht habe. Sie hat mir dann geholfen ein geniales RPM mit Farben und auf einer A3 Seite zu entwickeln, welches mich jetzt imer mehr motiviert. **Was ich jetzt noch brauche sind Kontakte zu Personen die auf Stanford studiert haben oder in engem Kontakt zu solchen Menschen stehen. Ausserdem bin ich am 21.Sep. in Mailand auf einem Infoabend von Stanford.**
	Mein letztes Coaching war sehr persönlich und ging tief in meine Familiengeschichte. Jochen hat mir als Gastcoach geholfen indem er mir viele gute Fragen gestellt hat. Dank Nicos Aufgabe mein ideales Arbeitsumfeld konkreter zu definieren bin ich auf viele Dinge gekommen und habe eine starke beeindruckende Vision entwickelt. Jetzt ist es mein Ziel klarer zu werden und einen Fokus zu entwickeln, der mich zu dieser Vision führt. Durch die Gruppe bekomme ich dafür sehr viel Energie um aus mir heraus etwas zu tun. **Mein nächster Schritt ist es noch einmal klar zu prüfen ob die Unselbstständigkeit noch eine Option für mich ist und wenn nicht mich voll auf mein Geschäftsportfolio zu konzentrieren.**

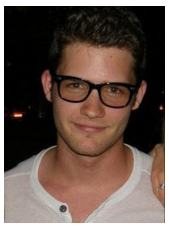
Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe that it is possible that we make other creeds as new light may come to us.

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 37`2011

	I had my first coaching with Stefan, and majority of the discussion focused on getting an overview of my situation, not so much on following up the progress. Through the help of conversation, we, however, reached a conclusion what are the major blocks preventing my success in "being myself". Basically, they are insecurities and lack of confidence, which lead to self-doubt, uncertainty and procrastination. And this does not only apply to relationships but to every area of my life! **We are now finding solutions how to address these issues.** Also, we have already met before Friday and started the work, and I do feel that I'm progressing but it will take some time to reach my goal. However, I trust that we will do it.
	Das Coaching war sehr tief gehend und hat mir viel Einsicht gebracht. Ich sehe meist eher die Erfolge anderer und hab daher nie bedacht, dass ich beim Beginnen eines neuen Gespräches auch meist die Gesprächspartner schüchtern sein könnten. Bei meiner ersten Meditation habe ich beim Ananda Mandala (Atemmeditation) eine unbeschreibliche Energie erlebt die mir seitdem viel Ruhe, Gelassenheit und ein Gefühl innerer Zufriedenheit gibt. Schon bei Saanas erster Aufgabe konnte ich viele Bekanntschaften schliessen und mein Ziel überreichen. **Mein nächster Schritt ist es neben der ständig steigenden Zahl neuer Kontakte auch meine wichtigsten Kontakte intensiver zu pflegen.**
	The coaching was great. Brian and Asta did help me a lot improving my application papers. I´m looking forward to sending them out!
	Ich habe das Gefühl, dass Max es immer besser versteht auf mich einzugehen. Mir ist bewusst geworden, dass eine konkrete Zielfindung für mich der schwierigste Teil ist. Disziplin beim Aufstehen und Sport machen hat sich bereits dramatisch verbessert und wird auch weiterhin anhalten. **Die nächsten Schritte liegen darin ein klar formuliertes, lebendiges, und detailliertes "Bild" meines jetzigen Ichs zu erstellen und meines Ideal-Ichs. Anschließend werden klare Ziele formuliert, wie man die Stärken ausbauen und die Schwächen ausgleichen kann.**
	Christian war auf einem wohlverdienten Urlaub mit seiner Freundin. Das gibt Kraft und Energie um bald wieder seine Ziele zu verfolgen.
	Felix hat aufmerksam zugehört und nur 3 Fragen in einer Stunde gestellt. Dadurch konnte ich ein Ziel hinter dem Ziel erkennen. Ich habe erkannt, dass ich mit einer Absichtslosigkeit und einer Nicht-Anhaftung die größte Leichtigkeit beim Verfolgen eines Ziels erreiche und schreibe jetzt 4x pro Woche von 5:00 – 7:00. **Mein nächster Schritt ist es eine Pinnwand/Roll-Up im Büro zu kreieren die mir mehr Klarheit bringt. Wenn mir jemand vorschlagen kann welche Pinnwände (flexibel einrollbares Element) ich da verwenden kann, ist mir das eine große Hilfe.**
	Before the coaching I was still thinking about whether it is a good idea to have a listener with us or not. Now I know that it was a great additional benefit for all three of us! Set your expectations in other people low, and be happy with what you get. Happiness is your birthright! So a big thank you and a hug for Asta and Robert! It was great to talk with both of you and I think I'm on the right track now and I am very aware of all the things that might come up …

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe that we all have the power to change … If we will.

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 38`2011

Wir erreichen unsere Ziele – Fast wie von selbst

Die Impulse die bei unseren Treffen ausgelöst werden bewirken in jedem von uns Veränderungen. Stefan berichtet uns von einer massiven Inspiration die durch eine Aufgabe aus dem Coaching ausgelöst wurde. Nachdem er sich damit beschäftig hat wie sein ideales Arbeitsumfeld aussehen soll, hat er eine starke Vision entwickelt um ein spirituelles Zentrum zu erschaffen in dem verschiedenste Leistungen angeboten werden um anderen zu einem besseren spirituellen Bewusstsein zu verhelfen.

Die Macht der Metaphern

„Eine Metapher ist wie ein Boot. Sie bringt etwas von einem Ufer zum anderen.“ (Nico)

Unsere Gedanken und unsere Welt sind oft zu komplex um durch unsere Sprache anderen Menschen unsere Sicht der Dinge mitzuteilen. Darum sprechen wir alle in Metaphern. Metaphern sind verbale Bilder mit denen wir uns verständlicher ausdrücken können, schneller lernen können und sogar unsere Gefühle bzw. unser verhalten ändern können.

Metaphern sind eine einfache und wirkungsvolle Methode der Kommunikation. Einerseits in der Kommunikation mit uns selbst, aber auch mit anderen können Metaphern helfen um Gefühle oder Erfahrungen auszutauschen.

Veränder deine Metapher und du veränderst dein Leben:

ALT: „Meine Welt bricht zusammen.“
NEU: „Bau dir eine neue Welt.“
ALT: „Ich sehe keinen Ausweg mehr.“
NEU: „Mach die Augen auf und schau genau.“

ALT: „Es ist als würde ich zwischen 2 Stühlen sitzen.“
NEU: „Steh auf.“
ALT: „Es sind 2 Pistolen auf meinen Kopf gerichtet“
NEU: „Welche Farbe haben die Wasserpistolen?“

Unsere Wirklichkeit ist immer dieselbe, doch es gibt viele Wege um sie wahrzunehmen. Mithilfe von Metaphern, können wir leicht und schnell einen anderen Blickwinkel einnehmen.

Die Methode des Reframing

1. *Entdecke deine globalen Metaphern*

- Mein Leben ist wie...
- Ich bin wie...
- Mein Partner ist wie...
- Meine Beziehung ist wie...
- Ich fühle mich wie...
- Mein Körper ist wie...
- Mein Körper fühlt sich wie...
- Meine Arbeit ist wie...
- Meine Finanzen sind wie...
- Meine Freunde sind wie ...
- Meine Kollegen sind wie ...
- Meine Kinder / Eltern / Familie

2. *Entscheide, ob dir eine Metapher Kraft gibt oder ob sie dich schwächt und ändere sie wenn nötig*

„Meine Finanzen sind wie ein sinkendes Schiff.“ -> „Meine Finanzen sind ein stabiler Kreuzer auf stürmischer See“

„Meine Partnerschaft ist eine schwere Bürde.“ -> „Meine Partnerschaft ist eine Quelle der Freude und Kraft.“

„Mein Körper ist ein Vehikel für meinen Geist.“ -> „Mein Körper ist der Tempel für meine Seele.“

„Mein Leben ist wie ein Jammertal.“ -> „Mein Leben ist wie eine Pralinenschachtel. Man weiss nie was kommt.“

3. *Bekräftige deine Metaphern regelmäßig um dein Handeln daran auszurichten*

„Seine Metaphern zu meistern heisst schwächende Metaphern zu ändern und stärkende zu kreieren.“
(Anthony Robbins)

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 38`2011

Wie man nachhaltige Veränderungen sofort bewirkt

In diesem Kapitel geht es um die Technik der neuroassoziativen Konditionierung (NAC) und wie man diese einsetzt um alles in seinem Leben verändern zu können – Wenn man das will.

„Freundin: Wieso erwarten andere Menschen immer, dass ich mich von einer Sekunde auf die andere komplett verändern kann?. Das geht doch nicht. Ron: Hm. Ist es dir vielleicht schon einmal passiert, dass du einen tollen Tag hattest und richtig gut drauf warst und dann sagt dein Partner nur ein Wort und auf einmal ist alles anders? Freundin: ..... (Betretenes Schweigen)“

Wir alle haben irgendeinen Bereich in unserem Leben in dem wir gerne etwas verändern würden. Sei es ob wir uns finanziell mehr Stabilität oder Flexibilität wünschen, einen gesünderen und vitaleren Körper, eine intensivere und leidenschaftlichere Beziehung, Freunde mit denen man alles teilen kann oder auch einen Arbeitsplatz bei dem es sich nicht so anfühlt als würde man arbeiten. Felix und Ron zeigen uns eine Methode wie wir alles verändern.

Warum Veränderung vielen schwerfällt:

- Das Umfeld will nicht, dass wir uns verändern
- Schnelle Veränderungen werden sozial nicht verstanden (z.B. Trauer nach Tod eines geliebten Menschen)
- Mangelnde Konsequenz bei der bewussten Ausübung des neuen Verhaltens
- Viele verbinden Schmerz mit Veränderung und Freude mit dem aktuellen Zustand
- Die Verantwortung zur Veränderung wird auf andere übertragen (Coach, Therapeut, Chef, Partner, ...)

Wichtige Glaubenssätze zur Veränderung:

1. ETWAS muss sich verändern.
2. ICH muss mich verändern.
3. Ich KANN es verändern!

Die Technik der neuroassoziativen Konditionierung (NAK)

1. *Fokussiere auf das was du wirklich willst, statt auf das was du nicht willst*
2. *Verwende einen Hebel der dein Ergebnis vervielfacht*
3. *Unterbreche die alten Verhaltensmuster*
4. *Entwickle neue und kraftspendende Alternativen*
5. *Konditioniere die neuen Verhaltensweisen*
6. *Live it and be the change you wish to see in the world*

“Verrückt ist, wer standing dieselben Dinge tut und dann andere Ergebnisse erwartet” (Albert Einstein)

Wenn man etwas verändern möchte, sollte man sich darauf konzentrieren was für Vorteile es mit sich bringt wenn wir es tun. Je mehr Vorteile dafür sprechen, desto leichter und schneller wird diese Veränderung passieren.

Wer sich entschieden hat eine Veränderung zu beginnen, kann sich selbst damit helfen indem man massiven Schmerz mit dem aktuellen Zustand verbindet und positive Emotionen mit der neuen Alternative. Der stärkste Hebel um SOFORT eine Veränderung herbeizuführen ist es, wenn man sein eigenes Leben bedroht sieht und es gar keine andere Alternative gibt als sich zu verändern.

Der Fight Club Ansatz:

Jede unserer Verhaltensweisen wurde uns entweder durch uns selbst, meistens jedoch durch unsere soziale Umwelt antrainiert. Es ist wie bei Delphinen die trainiert werden um Kunststücke zu zeigen. Wenn wir uns bewusst werden wie wir uns verhalten, können wir selbst entscheiden ob wir das so wollen.

Change happens in a heartbeat! We simply need to change the way how we link pleasure and pain to our behavior. 20% are techniques and the rest is psychology. (Anthony Robbins)

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

What lies before us and what lies behind us is nothing compared to what lies within us!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 39`2011

Unleash the power within by Anthony Robbins

Seit über 30 Jahren verfolgt Anthony Robbins die Frage, warum wir tun was wir tun um anderen dabei zu helfen ein aussergewöhnliches Leben zu leben. Dabei hat er Methoden und Glaubenssätze entwickelt die uns helfen können unserem Leben eine höhere Qualität zu geben. Als Coach für viele bekannte Persönlichkeiten teilt er seine Erfahrung auch mit uns.

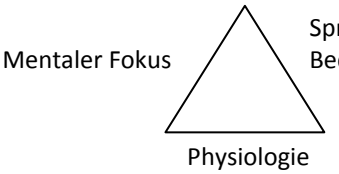
Tag 1 – Überwinden der Ängste mit dem Lauf über das Feuer

Es geht um die Hauptfrage, was uns davon abhält all unsere Ziele zu erreichen. Dabei geht es hauptsächlich um Ängste. Diese verhindern, dass wir die notwendigen Schritte setzen um unser Ziel zu erreichen.

Hauptarten von Ängsten:

1) Die Angst davor nicht geliebt zu werden (Zurückweisung)
2) Die Angst davor nicht genug zu sein

3 Säulen die unser Leben bestimmen (Die Triade)



Beim Feuerlauf verwenden wir alles was wir lernen um die Angst zu überwinden und es als Metapher für alle anderen Ängste zu sehen.

4 persönliche +2 spirituelle menschliche Grundbedürfnisse

- Sicherheit
- Anerkennung
- Wachstum
- Unsicherheit
- Verbindung und Liebe
- Beitragen

Es sind die spirituellen Bedürfnisse die wir befriedigen müssen um anhaltendes Glück und Erfüllung (statt kurzfristiger Befriedigung) erfahren zu dürfen. (Anthony Robbins)

Tag 2 – Techniken um zu erreichen, was man wirklich möchte

Joseph Mc Landon ist einer von Tony´s engsten Partnern und unterstützt beim Event als zweiter Vortragender.

Die Kraft um echte Veränderung zu bewirken

1) Begib dich selbst in einen Spitzenzustand (mental und körperlich)
2) Finde deine wahre Leidenschaft (Was gibt dir den stärksten Antrieb)
3) Entscheide, verpflichte und entschließe dich alles zu geben!
4) Setze sofort, intelligente und konsistente „Massive Action“!
    a. Formuliere eine Frage: Was ist der nächste Schritt?
    b. Frage andere die sich auskennen.
5) Sei S.M.A.R.T. und sei ehrlich zu dir selbst!

Die Macht eines Teams

Das Geheimnis von Erfolg und Glück besteht darin, ein guter Teamspieler zu werden. Das Glücksgefühl entsteht aus Fortschritt und dieser zeigt sich in Form von Wachstum und dem Gefühl des Beitrags.

1) Jeder Mensch gibt das Beste was er kann
2) Es gibt keine dummen Menschen, nur dumme Zustände

„Das Leben der Menschen ist eine direkte Widerspiegelung der Erwartungen der Peer Group.” (Anthony Robbins)

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

What lies before us and what lies behind us is nothing compared to what lies within us!

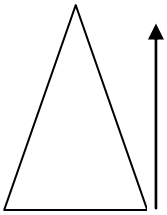
Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 39`2011

Tag 3 – Transformationstag (Der Dickens Prozess)

Dieser Tag beinhaltet die größte Veränderung und stärkste Energie am ganzen Wochenende. In diesen 16h verändert sich für viele Menschen das ganze Leben.

Pyramide der Meisterschaft



7. Feiern und Beitragen
6. Finanzen
5. Arbeit/Berufung
4. Zeit
3. Beziehungen
2. Emotionen
1. Körper

Der Weg zur Meisterschaft

1. Kopiere jemanden, der schon außergewöhnliche Leistungen erbringt
2. Tauche ganz ein in die Aufgabe (z.B. Italienisch lernen -> Urlaub in Italien)
3. Ständige Wiederholung um das Gelernte anzuwenden und Weiterzuentwickeln

Der Dickens Prozess

Wie in der Geschichte von Charles Dickens begegnen wir den Geistern unserer Vergangenheit, denen der Zukunft und denen der Gegenwart. Jeder von uns hat Glaubenssätze die uns davon abhalten Dinge zu tun die wir gerne tun möchten.

In diesem Prozess werden wir mit Hilfe von Schmerz und Freude von 1-3 unserer hemmendsten Glaubenssätze befreit und erschaffen neue Glaubenssätze die uns helfen werden und die wir tief in uns verankern.

Tag 4 – Grenzenlose Energie

Joseph ist zurück und wie Tony ein Experte für Gesundheit und Fitness.

„Die Quelle meines Schmerzes ist oft nicht die Ursache“ (Anthony Robbins)

12 Prinzipien für ein vitales Leben voller Energie

1. Die Kraft der richtigen Atmung
2. Die Kraft von Wasser und wsserhaltigen Lebensmitteln
3. Die Kraft von essentiellen Ölen
4. Die Kraft des richtigen Säuregehalts im Blut
5. Die Kraft von aerobem Training
6. Die Kraft von Nahrungsergänzungsmitteln
7. Die Kraft der idealen Struktur und Körperhaltung
8. Die Kraft eines starken Herzens und eines starken Geistes

Erschaffe ein Umfeld, dass uns heilen kann

1. Kosmetik -> Beschütze deine Haut und verwende natürliche Stoffe
2. Chlor -> Dusche und Schwimmbäder sind voller giftiger Stoffe
3. Reinigungsprodukte: Echte Reinigung oder vielleicht sogar Gift
4. Elektromagnetische Strahlung durch Elektrogeräte vermeiden
5. Luft und Umweltverschmutzung vermeiden

„Unser Körper ist eins mit der Umwelt.
Alles was wir anderen antun, tun wir uns selbst an.“ (Nico)

Das Event war eine unglaublich reiche Erfahrung und so voll von Informationen, dass es nicht möglich ist alles auf einmal zu verändern. Als nächsten Schritt gilt es sich EINEN WICHTIGEN BEREICH auszusuchen und dort mit der Veränderung zu beginnen. In unseren wöchentlichen Treffen haben wir genau aus diesem Grund unser 1 Jahresziel um den Fokus zu behalten und mit allen anderen Teilnehmern genau auf dieses Ziel zu zusteuern. Im COACHING kann dann jeder den Fortschritt berichten und auf die nächsten Schritte fokussieren. DANKE EUCH ALLEN FÜR EURE AKTIVE TEILNAHME!

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe that no one can harm you but yourself.

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 40`2011

Energie ist alles im Leben. Energie ist Leidenschaft! Energie ist Erfolg!

Brian leitet durch den Coachingabend und der Robert eröffnet mit einer Erzählung seiner Erfahrungen aus Rimini. Man merkte richtig wieviel Energie noch in ihm steckt und wie ansteckend dieses Erlebnis ist.

„Keines der Seminare hat sich je so bezahlt gemacht."

„Am wertvollsten ist, dass man trotz der vielen Menschen mit sich selbst arbeiten konnte."

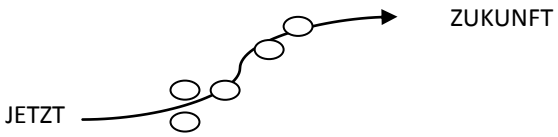
„Die Energie war unglaublich egal wo man gesessen ist."

WICHTIG: Wenn man mit jeder Faser seines Körpers weiss und fühlt, wie es ist wenn man sein Ziel erreicht hat dann muss man nicht mehr warten sondern ist schon dort. Mit der körperlichen und geistigen Haltung eines Gewinners kann man nur Erfolg haben.

Rapport aufbauen

Wenn man Gestik, Mimik, Atmung und Sprache einer Person modelliert, dann kann man anfangen sich wie diese Person zu fühlen und eine besser Verbindung aufbauen.

Der Weg zum Ziel



Auch wenn der Weg manchmal versperrt ist, gibt es Wege um zum Ziel zu kommen. Man sollte sein Ziel einfach nicht aus den Augen verlieren.

Ob wir glauben wir schaffen es, oder ob wir glauben wir schaffen es nicht. In beiden Fällen haben wir Recht. (Henry Ford)

	Das Coaching mit Ron hat mir geholfen zu erkennen, dass die nächsten Schritte eigentlich sehr schnell erledigt werden können mittels massive action. Bisher habe ich eine Homepage aufgesetzt und einige Einträge geschrieben. **Die nächsten Schritte sind Videos aufzunehmen um Mehrwert zu schaffen für Benutzer, die sich für einen Newsletter anmelden.**
	Ich habe dem Philip erzählt, dass ich mir nicht sicher bin ob mein Ziel im Moment das Richtige für mich ist. Es gibt so viele Dinge die ich zu tun habe. Vor allem habe ich ein persönliches Ziel: Ich möchte ehrlicher zu mir selbst und zu anderen sein. Philip hatte das Gefühl ich habe das bereit gut im Griff und er hat vorgeschlagen mir beim Auslandssemester zu helfen. **Eine große Hilfe für mich ist es wenn mir jemand Bekannte bei einer Fluglinie empfehlen kann die mir helfen können günstigere Standby Tickets zu bekommen. Auch über Bekannte in Australien die in einer WG leben oder mit denen ich einfach Spaß haben kann würde ich mich sehr freuen**. (Am liebsten Leute in meinem Alter und auch Studenten)
	Es tut sich sehr viel zwischen den Coachings und oft ist es schwer alle Aufgaben zu erledigen. Bis jetzt gelingt es und die Präsentation in Mailand hat mir wieder gute Kontakte und Informationen gebracht. Die Aufgabenliste auf meinem RPM wird immer länger und macht mir immer mehr Druck, doch der Grund warum ich mein Ziel erreichen wird, wird immer stärker und das Ziel damit größer. Heute nehme ich an einem Live Chat mit Stanford Studenten teil. **Mein nächster Schritt ist es meinen „Aufsichtsrat" fertig zu besetzen. Das heisst ich will weiter Leute suchen die auf Stanford waren und mich mit Erfahrung bei meiner Bewerbung unterstützen können. BITTE HELFT MIR DABEI MEINEN AUFSICHTSRAT ZU BESETZEN!**
	Ich habe erkannt dass mein Fokus in denn letzten zwei Wochen, mehr auf meinen Ängste als auf das was ich erreichen möchte, lag . Ich konne auch sehen das ich aus Fehlern lernen sollte und nicht davor weg laufen um gar keine zu machen . Daher ich mir als oberstes Ziel, das Dienen an sich, gesetzt habe, will ich **als nächstes einen Konzept erarbeitet wie ich das am besten für mich umsetzen kann!!!!**

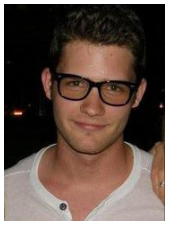
Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe that no one can harm you but yourself.

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 40`2011

	In our coaching session, I gave a briefing about my progress since our last meeting. It was a good experience to realize that I had achieved many of the goals we did set in our last coaching. Some tasks I will do by the time I have established myself in my new location, wherever that might be. Also, we agreed about continuing my coaching even if I moved from Austria. I feel more confident and stable but need more reinforcement to make my new behavior a consistent trait.
	Bislang wusste ich 'mit dem Kopf denkend' was mein Ziel ist, hatte es aber noch nicht 'mit dem Herzen' realisiert. In den letzten Wochen (auch zum Teil dank dem Fortschritt im Bezug auf meine Ziele) hat sich letzteres Gefühl verdeutlich und ist nun genauso, wenn nicht stärker. Dies gibt mir, viel mehr als vieles andere, wahnsinnig Kraft egal was anzupacken und erfolgreich zu erledigen. Ein Gefühl, dass ich lange nicht kannte.
	Durch 25 gezielte Bewerbungsschreiben wurde ich zu 5 Vorstellungsgesprächen eingeladen. Die ersten drei endeten erfolglos, die anderen werden diese Woche abgehalten. Mir wurde schmerzlich bewusst, dass ein Bewerbungsgespräch auch ohne ersichtliches Fehlverhalten meinerseits, in einer Absage enden kann. Rückschläge wegzustecken, nicht aufzuhören, nicht aufzugeben und vor allem die Motivation nicht zu verlieren war das wesentliche Element des Coachings. **Das Praktikum muss im Jänner beginnen. Als Deadline für die "konventionelle" Stellensuche haben wir den 31. Oktober angesetzt.**
	Die Informationen sind aus mir herausgesprudelt und ich habe gemerkt, dass Max und ich immer besser aufeinander eingespielt sind. Ich habe erkannt, dass ein klares Ziel Kraft gibt in allen Lebenslagen. Mittlerweile bin ich meinem Ziel nähergekommen indem ich visualisiert habe, was ich erreichen möchte. Mein Idealbild von mir selbst. **Die nächsten Schritte sind die, mein Motivationssystem weiterzuentwickeln um es beim nächsten Coaching dem Max präsentieren zu können. Derzeit bin ich auf der Suche nach einem Pick Up Buddy der das selbe Ziel hat wie ich und gerne Mädls kennenlernen möchte.**
	Mit Felix habe ich über mein Ziel gesprochen nach Wien zu ziehen, ich habe es weiter detaillieren können, durchs Coaching kann ich meine Gedanken und Absichten in 1h sehr präzise finden. Bisherige Erfolge sind genaue Zahlen vor Augen zu haben, auf 2 Bezirke entschieden zu haben und zu wissen wo ich Teilzeit arbeiten will. **Die nächsten Schritte sind in einem Wiener Fitnesscenter einschreiben und für einen Teilzeitjob im Modebereich zu bewerben.**
	Ich habe diesmal nur gecoacht, aber eine besondere Erkenntnis gewonnen Wenn Dir bewusst wird, wie sich die Zukunft anfühlen soll, mit welchen Emotionen sie gespickt sein soll und Du Teile davon jetzt schon erlebst, oder vielleicht schon früher erlebt hast, dann: FOKUSSIERE AUF DIE HELLEN STELLEN DEINER ERINNERUNG UND TREFFE JEDEN TAG ENTSCHEIDUNGEN, DIE DAS INNERE LICHT GRÖSSER WERDEN LASSEN.
	Es ist sehr spannend, wenn man sieht wie Dinge, die man schon sehr gut kann, bei einem Coachinggespräch neu zusammengesetzt ganz leicht noch größeres schaffen. Weiters ist es schön, wenn man merkt wie auch die Zuhörerin und der Coach am eigenen Erleben teilhaben und ebenfalls profitieren; Großartige Sache ... WE FREAKING ROCK!

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 41`2011

Inspirationenabend für Männer und Frauen

Männer sind doch nicht vom Mond und die Frauen auch nicht immer von der Venus, wenn man den Menschen vorbehaltlos ohne die Brille der eigenen Vorurteilen und „Metaphern“ betrachtet.

Als Zusatz zum Abend ist es dennoch wichtig zu erwähnen, dass es Unterschiede gibt. Männlichkeit und Weiblichkeit sind zwei verschiedene Energien mit unterschiedlichen Stärken und Bedürfnissen und es ist ganz wichtig diese zu kennen. Wenn man diese Prinzipien kennt, kann man in Leidenschaft leben und lieben. Wendet man sie nicht an, dann entstehen meist neutrale Beziehungen die nach einiger Zeit auch auseinandergehen.

Unser Abend war begleitet von der positiven Energie, die von den Gruppenmitgliedern schon vor dem Antreffen der Gäste eingeheizt wurde. Das reichlich gedeckte „Inspiration-Buffet“ wurde von den etwa 12 Gästen begeistert und dankbar angenommen.

Constanze und Christoph Schmidt konnten uns inspirieren unsere Vorurteile zu entrümpeln und zeigten, dass viele sogenannt „typische“ weibliche oder männliche Eigenschaften einfach nur tiefe menschliche Eigenschaften sind und bei beiden Geschlechtern zu finden sind.

Definition männlicher/weiblicher Eigenschaften durch das andere Geschlecht

Frauen sind: herzlich, weich, Mütter, liab, wertvoll, ausgezeichnet, irrational, sexy, (un)heilig, wunderbar, unvorhersehbar, Urkraft, kompliziert, faszinierend, nicht so leicht zu frieden zu stellen, gute Zuhörer und Sprecher, geheimnisvoll, gierig, fruchtbar, leidenschaftlich, emotional, lustig, zickig, sanft, passiv, tief, herausfordernd, auch nur Menschen, unersättlich

Männer sind: schlechte Zuhörer, ängstlich, dominant, fokussiert, planen gerne, zu viele mentale Konstruktionen, STARK, gefühlslos, haben gern alles im Griff, leicht zu manipulieren, zu wenig kommunikativ auf emotionaler Ebene, rationell, liebevoll, geil und potent, gesprächig, locker, Manipulatoren, Inspiration, leicht zu durchschauen, unpünktlich, aufmerksam

Frauenqualitäten: Muse, Energie, Kreativität, schenken Leben, zärtlich, Nestbereiter, Geborgenheit, entspannend, sensibel, sexy, weich, leidenschaftlich, Genuss, Reize, atemberaubend, heimelig, kraftspendend, motivierend, intuitiv, anders, beruhigend, sinnlich, verführend, kontaktfreudig, emotional, liebevoll, auf den Boden der Tatsachen bringend (realistisch)

Männerqualitäten: stark, aktiv, lustig, ehrlich, liebevoll, geil, neugierig, sensibel, anziehend, logische Beobachter, gute Küsser, ausdauernd, Tröster, konsequent, handelnd, gute Freunde, süß, unterhaltsam, kuschelig, goldig, energievoll, dankbar, herzlich, abenteuerlustig, humorvoll, dankbar, Ruhepol, sachlich, sicher, initiativ, sanft, sexy, unwiderstehlich, väterlich, spontan, vertrauenswürdig, beruhigend, bestimmt

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 41`2011

Die weibliche Sicht der Dinge

Nur Eigenschaften die wir selbst bereits erfahren haben, können wir auch an anderen wahrnehmen. So erkennt man z.B. eine blaue Jeans nur, weil man schon einmal etwas Blaues gesehen hat. Genauso haben sich Männer schon einmal als zickig erlebt haben, oder Frauen sich selbst als stark und dominant wahrgenommen. Jeder Mensch trägt „weibliche“ und „männliche“ Qualitäten in sich, manche sind stark polarisiert, andere wiederum sehr neutral. Beides ist weder *gut* noch *schlecht*, es ist wie es ist. ;-)

„Wir sehen nur was wir glauben das dort ist. So sehen wir die Qualitäten in anderen Menschen, weil sie uns selbst innewohnen.“ (Christoph Schmid)

In einer Übung greift Christoph spontan ein Thema aus dem Publikum auf. Wir alle tragen ein BILD von Freunden, Bekannten oder sogar uns selbst mit uns herum. Dadurch *wissen*/glauben wir wie die anderen sind.

TWIX - Beispiel: Christoph erzählt davon, dass Constanze kein Twix mochte. Er hat ihr also ein Mars mit gebracht. Als sie auch ein Stück will isst er das letzte Twix und gibt ihr ein Mars. Sie ist empört über seine Rücksichtslosigkeit das letzte Twix zu essen. -> Aber mein Schatz du magst doch kein Twix ... Das war vor 8 JAHREN. Ich liebe Twix!

Um unsere Welt zu vereinfachen, versuchen wir uns Bilder von anderen Menschen zu machen, statt den Menschen jedes Mal neu kennenzulernen und jedem das Recht auf Veränderung einzugestehen. Das bewirkt auch, dass wir unsere Mitmenschen so konditionieren damit diese in unser Bild passen. Ein psychologisches Experiment zeigte, dass selbst kleinste unbewusste Bemerkungen auf das Verhalten einer Person Einfluss haben (z.B. Kopfnicken bei bestimmten Worten) – stellt euch dass einmal auf mehrere Jahre vor.

Genauso erlauben wir dem/der anderen mit diesem Bild gar nicht ein anderes Verhalten zu zeigen. Kennt ihr jemanden der notorisch zu spät kommt? Bestimmt ist es schon einmal passiert dass er/sie pünktlich war, aber ist es euch aufgefallen? Ereignisse die unseren Konzepten widersprechen werden oft nicht wahrgenommen oder ignoriert.

„Unsere Glaubensätze und Vorurteile zwingen uns und andere Menschen in ein Korsett, und es ist sehr angenehm ohne Vorurteile von dem Gegenüber betrachtet zu werden.“ (Asta Eder)

Petra Fürst erzählte uns danach noch aus ihrem beruflichen Nähkästchen und machte an Erfahrungen mit ihren Klientinnen deutlich, wie wichtig „Glaubenssätze“ sind und wie stark diese unser Denken und Handeln und somit unser Leben beeinflussen.

Um einschränkende Glaubenssätze loszuwerden, zeigte sie uns eine wirkungsvolle NLP-Methode von Byron Katie. Diese Methode hilft negativen Glaubensätze[1] bei uns selbst oder bei anderen in Frage zu stellen und im Bedarfsfall bewusst zu verändern. Es ist eine einfache Technik, welche aus folgenden Fragen besteht:

1) „Ist das wahr?“
2) „Kannst du wirklich wissen, dass das wahr ist?“
3) „Wie reagierst du auf diese Gedanken?“
4) „Was für ein Mensch wärst du wenn du diese Gedanken nicht hättest?“

Petra leitete uns zum Abschluß mit einer tollen Traumreise durch innere Bilder, durch die wir einen beschränkenden Glaubenssatz einfach entfernen und durch einen stärkenden ersetzen.

„Can we fix it? YES WE CAN!“ (Bob der Baumeister)

[1] Einschränkende Glaubenssätze können beispielsweise sein „ich bin nicht genug“, „keiner liebt mich“, „ich bin zu jung/unerfahren“, „ich bin es nicht Wert geliebt zu werden“, „ich habe kein Geld“ ...

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe in the purifying process of sorrow..

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 42`2011

Gibt es eine Erfahrung die jemand teilen möchte?

Der letzte Open Space war eine sehr intime Runde und bereits beim Lesen des Credo gab es die erste Inspiration. Asta hat die letzten Wochen eine starke, persönlichkeitsverändernde Phase durchgemacht. Der Satz „I believe in the purifying process of sorrow" hat Asta an die letzten Wochen erinnert. Die Trennung von ihrem Mann hat sie schwer belastet, was sich auch körperlich widerspiegelte. Mittlerweile hat Asta akzeptiert, dass die Beziehung mit ihrem Mann zu Ende ist, jedoch kam durch das Einziehen in die neue Wohnung Traurigkeit hoch. Ihr ist jedoch klar geworden, dass man nicht nur die schönen Momente im Leben feiern soll, sondern auch den Schmerz zulassen muss, wenn er kommt.

Karo kann diese Erfahrung bestätigen. Sie hat auch in letzter Zeit viel Trauerarbeit hinter sich und ist der Meinung, dass es nicht genug ist, sich einfach nur auf das positive im Leben zu konzentrieren, sondern auch die schlechten Zeiten zuzulassen. Das Leben ist ein ständiges Auf und ab. Durch den Fokus auf die positive Gegenwart kann man durchaus neue Lebensenergie schöpfen und sich den großartigen Möglichkeiten, die das Leben bietet, öffnen. Dazu gehört jedoch auch den Schmerz nicht zu verdrängen, sondern als wichtigen Bestandteil des Lebens anzuerkennen, der uns auf eindringliche Weise lebendig fühlen lässt.

Asta schließt den Gedanken ab, indem sie darauf verweist, dass man nach Ablegen der alten Routinen ein völlig neues Leben beginnen kann. Ein noch besseres, großartigeres wenn man das Korsett der Gewohnheit ablegt.

Gibt es Neuigkeiten im Leben der Anwesenden?

Bevor Christian noch zu reden begann, sprachen seine Ausstrahlung und sein Enthusiasmus Bände. Er bemerkt eine komplett neue Wahrnehmung der Welt seinerseits und kommt seinem ursprünglichen Ziel lockerer und offener zu werden in großen Schritten näher. Christian wirkt wie ausgewechselt und es ist bemerkenswert zu sehen, wie stark er sich entwickelt.

Gibt es Themen, die besprochen werden sollten?

Karo hatte eine interessante Inspiration zum Thema Zielfindung. Sie war bereits beim ersten Zyklus dabei und hat festgestellt, dass sie plötzlich Dinge erreicht, ohne aktive Ziele zu setzen. Mit dem Aufstellen von Zielen versuchen wir etwas zu erreichen, dessen wir uns oft gar nicht bewusst sind. Wir glauben, das Ziel sei es, das uns glücklich macht, dabei ist es die dahinterliegende Motivation, die uns treibt. Philip sieht in der Zielsetzung ein Gerüst für gezielte Veränderung.

„Veränderung findet auch ohne unser Zutun statt. Durch Zielsetzung können wir die Richtung der Veränderung bestimmen."
(Philip Staud)

Dass es nicht allein die messbare Ziele sind, die uns motivieren, bringt uns Brian näher. Brian erzählt davon, dass jeder Mensch das grundlegende Bedürfnis hat einen bleibenden Eindruck in der Welt zu hinterlassen. Gerade deshalb ist es so wichtig, dass wir Träume haben, die weit über das hinausgehen, was wir uns vorstellen können.

„Dream as if you'll live forever. Live as if you'll die today." - James Dean

Durch gegenseitiges Reflektieren, bemerken Nico und Christian, dass beide nicht so aktiv an ihrem bewussten Ziel arbeiten wie sie sollten und könnten. Das verursacht zurst Schuldgefühle, da sie sich ja scheinbar durch unwichtige Dinge ablenken lassen die im Moment entstehen. Nach kurzem Hin und Her kam aber heraus, dass es nicht um das bewusste Ziel geht, sondern um das unbewusste - das Herzensziel. Und alle Handlungen richten sich danach wo uns dieses Herzensziel hinführt. Z.B. möchte Christian unabhängiger werden. Statt die Wohnung zu suchen und sein Studium voranzubringen, spricht er öfter als sonst fremde Leute an und führt Gespräche. Es steht zwar nicht auf dem Plan, doch auch der lockere Umgang mit anderen führt zu seinem Herzensziel. Genauso beim Nico, der nach Stanford will um Unternehmer zu werden, aber schon jetzt Dinge tut um die Welt zu bewegen.

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe in the purifying process of sorrow..

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 42`2011

Hat jemand eine Idee – oder von einer Kenntnis bekommen – die das Potential hat mehr Wert zu schaffen?

Nach einer kurzen Pause gibt uns Brian einen kurzen Exkurs in die Funktionsweise erfolgreicher Produkte und Firnen. Was macht Produkte wie den iPod so erfolgreich? Ein Blick auf den Markt zeigt, dass es nicht an den Ressourcen liegt, der Größe der Firma oder der Anzahl an Mitarbeitern. Was macht Firmen wie Apple anders? Die Kommunikationshandlung. Die meisten Firmen kommunizieren von außen nach innen. Sie fokussieren sehr stark auf das Produkt und dessen Anwendung. Firmen wie Apple oder Audi gehen einen anderen Weg, sie wollen etwas bewegen: „Wir wissen, dass dein Leben besser ist, wenn du unsere Produkte kaufst".

Das Wichtigste, um eine emotionale Reaktion beim Kunden hervorzurufen ist, sich zuerst auf das Warum, dann auf das Was und schließlich auf das Wie zu konzentrieren. Die Wright Brothers waren nicht die ersten Flugzeugbauer. Sie hatten jedoch die Einstellung „Wenn wir das Fliegen erfinden, verändern wir die Welt". Eine zentrale Strategie von Firmen wie Apple ist es, zuerst ein Bedürfnis zu wecken, dann eine Lösung für dieses Bedürfnis zu präsentieren und schließlich die Details zu erklären, wie das Ganze in der Praxis funktioniert. Apple verkauft kein Produkt sondern ein Lebensgefühl.

Was treibt euch an, eure Ziele zu verwirklichen?

Das Thema weckt rege Diskussionen und sorgt für reichlich Input. Philip meint beim ersten Marathon sei das „Warum" der Zielfindung einfach dagewesen. Es ist oftmals nur ein dumpfes Empfinden, das man jahrelang mit sich trägt und das irgendwann einmal zur Oberfläche gelangt. Christian beschreibt es so, dass seine Ziele ihn rufen.

„Die Antwort auf das ‚Warum' ist zu 90% ein Gefühl" (Christian Brandstötter)

Im weiteren Verlauf wird klar, dass jeder von uns eigene Vorstellungen von Zielen und Zielfindung hat. Nico definiert den Zielbegriff so, dass es nicht um das Erreichen der Ziele per se geht, sondern um Antworten auf die „Warum" Fragen. Es ist nicht notwendig stur ein Ziel von Anfang bis Ende durchzuziehen. Manchmal kommt man während des Prozesses zur Einsicht, dass das alte Ziel nicht mehr passt. Dann ist es an der Zeit seine Richtung zu verändern und neue Wege zu bestreiten. Irgendwo muss man jedoch beginnen, ans Ziel kann man nur kommen, wenn man sich auf die Reise begibt. Auch wenn diese Reise über viele Umwege und Holpersteine verläuft und das Ziel ein ganz anderes ist, als man ursprünglich geglaubt hatte.

Jede Reise ist verbunden mit Veränderung. Veränderung des Fokus, der persönlichen Sichtweise und folglich der Identität. Dieser Gedanke gibt Karo einen Impuls, der die Gruppe inspiriert. Was ist überhaupt Identität? Wie können wir überhaupt von Identität sprechen, wenn wir durch das Setzen von Zielen zu neuen Menschen werden und alte Gewohnheit ablegen sowie neue Fertigkeiten erlernen? Wo ist die Grenze zwischen Identität und Verhaltens- und Denkweisen, die wir einfach ändern können? Wie beeinflusst die Identität unsere Gesundheit?

„Unsere Identität ist wie ein Kaleidoskop – Es hat viele bunte Facetten, wo keine der anderen gleicht." (Nico Tonisch)

Jede Begegnung mit einem anderen Menschen führt uns auch zu einer neuen Begegnung mit uns selbst, denn jeder Mensch hilft uns dabei einen anderen Teil unserer Identität zu erleben. Genauso wie jeder Ort an dem wir sind einen Einfluss darauf hat wie wir sind.

„Ich habe 4 Arbeitskollegen und bin mit jedem anders. Wenn die darüber reden wie die Karo ist, dann werden sie kein komplettes Bild von mir haben, sondern immer nur einen Teil " (Karoline Gladecki)

Das gesamte Treffen war sehr interessant und zu vielen Inspirationen geführt. Das unangefochtene Highlight des Termins war die Gruppenmassage. Das Gefühl von 4 Leuten gleichzeitig massiert zu werden und nicht zuordnen zu können woher die Berührungen kommen ist einfach nur unbeschreiblich intensiv und ein schönes Beispiel für die Wärme und Offenheit, die in der Gruppe vorherrscht. Die Aufnahme in die Gruppe geht auch sehr schnell, wenn man sich mit einer offenen Einstellung herantritt.

Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe in every man and women minding their own business.

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 43`2011

Wir hatten ein sehr vollgepacktes Programm an unserem letzten Abend mit viel aufregendem und unerwarteten Inhalt. Angefangen hat Robert damit uns von seinem Erlebnis bei Tony Robbins´ Business Mastery zu berichten. Passend zum Thema hat uns dann auch gleich Felix mit „The Game Changer" sein neues Produkt vorgestellt, dass uns allen dabei helfen kann die unterschiedlichsten Ziele zu erreichen indem er uns auf seine ganz eigene Art und Weise motiviert. Abschliessend, als Höhepunkt des Abends, präsentiert sich Asta Eder vor den bereits aktiven Teilnehmern selbst um ebenfalls in den Kreis der aktiven Teilnehmer aufgenommen zu werden.

Die Ankunft beim Business Mastery: **http://www.youtube.com/watch?v=2D9Mykq2sAU**

Schon in der Vorstellungsrunde fordert uns Robert heraus mit seiner Frage: Was mache ich wirklich?

Es ist eine interessante Art seinen eigenen Beruf zu sehen indem man sich diese entblössende Frage stellt. Sie geht direkt an die Essenz und man bemerkt bei jedem, dass nach etwas Überlegungszeit ein richtig starker Fokus auf die eigene Identität entsteht. Christian hat z.B. seine neue Identität im Gesundheitswesen gefunden und möchte sich mit Ausbildungen in diese Richtung entwickeln und es zu seinem beruflichen Fokus machen. Auch Nico hat erkannt, was sein beruflicher Fokus ist und immer deutlicher sein wird. Als Experte für die Entwicklung von unternehmerischen Geschäftsfeldern wird er seine eigenen Unternehmen erschaffen und andere dabei helfen mit ihren Ideen dasselbe zu tun um den Lebensstandard auf der Welt dadurch steigern zu können.

Zum Thema Fokus zeigt uns Carina dann aber auch ein Video in dem wir den Nachteil von zu starkem Fokus sehen –> Wir verlieren den Blick für den großen Zusammenhang. Darum ist es wichtig sich mit beiden zu beschäftigen.

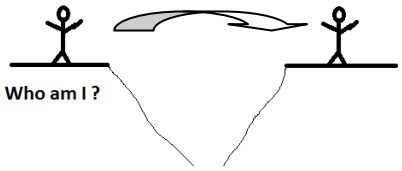
The color changing card trick: http://www.youtube.com/watch?v=voAntzB7EwE

Ron erzählt uns schliesslich noch wie er seine Archetypen im Griff hat und erzählt von Situationen in denen er es schafft z.B. vom Magier in den Krieger und anschliessend in den Liebhaber zu wechseln. Ein spannendes Thema, welches viele Fragen aufwirft. Darum werden wir diesem Thema vermutlich demnächst einen Teil in einem Inspirationsabend widmen. Wir dürfen gespannt sein was dann passiert.

Business Mastery – Lead your business effective, efficient and profitable

HOW can I be successful → WHO do I need to be to be successful

1) The power of identity -> Stell dir die richtigen Fragen



   a. Was machst du wirklich im Business?
   b. Warum bist du in deinem Business?
   c. Was ist dein wahres Talent?

2) In welcher Lebensphase befindet sich dein Produkt/Geschäft? http://de.wikipedia.org/wiki/Produktlebenszyklus

   → CSI: Constant strategy innovation = Immer höheren Mehrwert bei deinen Kunden erzeugen

3) Marketing: Verändere dein Angebot so, dass es einzigartig ist für deine Kunden
4) Verkaufssystem: Kunden müssen sich mit dem Produkt schon vor dem Kauf identifizieren
5) Kraft der Finanzanalyse -> Cashflow ist der Schlüssel zu langfristigem Erfolg
6) Erhöhe die Zahl deiner Verkaufskontakte und den Wert deiner Geschäftsabschlüsse
7) Kreiere verrückte und schwärmende Kunden (Raving Fans) durch einen Weltklasseservice

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 43`2011

The Game changer

Allen Menschen ist nach ihrer Geburt eine zentrale Eigenschaft gleich: ihre Neugier. Die Faszination neues zu entdecken ist groß. Kein Wunder, schließlich ist als Säugling noch alles neu und interessant. Je älter die Menschen werden, desto mehr sinkt auch ihre Neugier. Für viele beginnt das Schwinden der Neugier mit dem Eintritt in die Schule. Was früher spielerisch und mit Begeisterung erlernt wurde, muss jetzt leidenschaftslos unter Druck gelernt werden ohne auf individuelle Unterschiede und Motivationen einzugehen.

Was würde passieren, wenn wir jede neue Aufgabe, jede Herausforderung mit derselben Begeisterung und Freude bewältigten, mit dir wir gehen oder sprechen gelernt haben? Was wäre, wenn wir jemanden hätten, der uns dabei unterstützt die Kraft und Weisheit zu nützen die uns allen innewohnt?

The Game Changer ermöglicht all das und unterstützt dich, dein Leben in jeglicher Hinsicht aufs nächste Level zu bringen. Suchst du eine Freundin? Willst du mehr Geld verdienen? Willst du einen Triathlon laufen? Was auch immer du erreichen willst, steht dir offen. Alles was du dazu brauchst ist ein Plan, Unterstützung und vollster Einsatz.

Das Fundament des Game Changers ist die Frage nach dem Selbst: Wer bin ich? Was sind meine Stärken? Wer muss ich sein, um das zu erreichen was ich will? Anschließend wird ein Ziel gewählt aus den Bereichen: Gesundheit, Soziales, Karriere, Ausbildung, Persönliches und Finanzielles. Das Ziel soll so lebendig und aufregend wie möglich gestaltet werden, um die intrinsische (in der Person liegende) Motivation zu maximieren. Danach wird ein Step by Step Plan präsentiert, der auf die Wünsche und Bedürfnisse des Users angepasst ist. Man hat nun zwei Möglichkeiten: den Plan im Alleingang durchzuführen oder von einem zertifizierten Coach begleitet zu werden. Jede Errungenschaft wird durch eine Belohnung vergütet und soll den User motivieren weiter an seinem Ziel zu arbeiten. Durch eine „Wall Of Achievements“ soll dem User vor Augen geführt werden, was er bereits alles erreicht hat und ihn motivieren weiter zu arbeiten.

Selbstpräsentation Dipl. Ing. Dr. Asta Eder, (49 Jahre, Expertin für innovative Holzprodukte & Marktforschung)		
Wer war ich?	Mutter von 2 Kindern, Angestellte im Unternehmen vom ehem. Partner, starker Fokus auf Karriere und den Erfolg im Team, Familienmensch, sozial engagiert, kümmert sich um andere, finanziell selbstständig, internationale Anerkennung im Beruf	
Wer möchte ich sein?	Eigene Tangoband, Schauspielerin, passives Einkommen und erfolgreich als Geschätsfrau (>100TEUR p. J.), lustig und unbeschwert, Unterstützung beider Töchter, Zeit für soziales Engagement, selbstsichere und selbstlose Frau die Liebe verteilt und empfängt, lustige und gesunde Oma, Reisen, sorgenfreies Leben auch im Alter, Sicherheit und Spaß haben	**Stärken:** Familie, Freunde, Bekannte
Warum Verein?	Weil ich mich selbst gerne mit der Hilfe anderer besser kennenlerne und mit den Teilnehmern zusammen wachse um mich ständig weiterzuentwickeln.	

Asta war schon seit mehreren Treffen sehr aktiv und hatte einen großen Einfluß darauf, dass unsere Treffen einzigartig wurden. In der Vorbereitung ihrer Präsentation hat sie sich besonders viel Mühe gegeben und damit auch die bisher beste Präsentation gemacht. Sie öffnet sich vollständig und öffnet ihr Leben auf eine sehr intime Art und Weise für uns. Auch schwierige Zeiten spricht Asta an und gibt uns dadurch ein viel besseres Bild von sich, als wir es bisher hatten. Durch ihre Offenheit fällt es anderen leicht sich auch zu öffnen.

Ihre Grundmotivation ist es Verbindungen zwischen Menschen und Dingen herzustellen. In ihrer Schönheit strahlt sie so stark, dass viele Zuhörer auch zu strahlen beginnen. Asta ist tapfer, freundlich, offen und ein leuchtendes Vorbild und wir freuen uns sie in unserer Runde begrüßen zu dürfen. Ihr Ziel ist es mit ihrem Körper und sich selbst zufriedener zu sein um eine leidenschaftliche und stabile Partnerschaft führen zu können.

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe the only way we can reach the Kingdom of Heaven is to have the Kingdom of Heaven in our hearts.

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

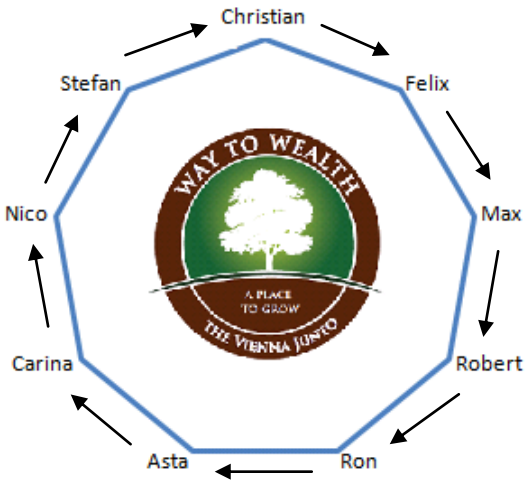
Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 44`2011

Sich Ziele zu setzen und diese zu erreichen führt zur Veränderung

Wenn man sein Ziel erreicht hat, bedeutet das, dass man sich und sein Verhalten bereits verändert hat und damit manchmal auch der Lebensmittelpunkt so wie bei Brian und Saana die nicht mehr teilnehmen können.

Mitten im Zyklus ist für einige Teilnehmer ein Moment da um sich über das Erreichen von Zielen zu freuen und sich nach einer verdienten Ruhepause ein Neues setzen zu können. Rechts ist unser neuer Coachingkreislauf zu sehen.

WICHTIG: Die Bereitschaft sein Leben zu verändern ist ein elementarer Bestandteil dabei ein Ziel zu erreichen.



Change life. Change organizations. Change the world! (Stanford Mantra)

	Ich habe Tipps bekommen mit denen ich mich auf das Bundesheer vorbereiten kann. Wir haben meine aktuellen Projekte besprochen und mir ist aufgefallen, dass ich einen detaillierten Plan brauche um diese umzusetzen. Bis jetzt habe ich schon einen Blog für mein Tanzportal aufgesetzt und bin dabei Videos aufzunehmen. Bei meinem Wohltätigkeitsprojekt bin ich mit der technischen Umsetzung schon weit. **Mein nächster Schitt ist es einen detaillierten Aktionsplan zu erstellen und diesen dann kontinuierlich umzusetzen und zu verbessern.**
	Zusätzlich zu der selbst empfundenen Angst vor Ablehnung und dadurch verursachten Seelenschmerzen, konnte ich meine eigene Ablehnung anderen Menschen gegenüber erkennen. Diese Ablehnung war mir Großteil nicht bewusst und diese Erkenntnis half mir wiederum mehr Verständnis für Menschen zu haben die ich als ablehnend empfinde. **Eine Übung, für diese Woche begleiten wird ist offen Menschen gegenüber zu sein, die Sie normal ignorieren (ist auch Ablehnung) würde und das Gemeinsame/Verbindende in diesen Menschen zu sehen.**
	Carina war in Dubai und konnte diesmal nicht teilnehmen.
	Mein Coaching war diesmal ganz besonders. Es war mit der Asta und ging um die sexuelle Leidenschaft zwischen Mann und Frau. Der Schlüssel ist das Geheimnisvolle und die Abwechslung. Zu große Vertrautheit hemmt aber oft die Abwechslung. Sex heisst sich selbst dem anderen zum Geschenk zu machen und in diesem einen Moment männliche und weibliche Energie zusammen zu verbinden. In Beziehungen glaubt man irgendwann alles voneinander zu wissen und die einkehrende Routine neutralisiert die aufkommende Lust. In Wirklichkeit, wissen wir aber nie alles vom anderen. **Mein nächster Schritt ist es neue sexuelle Erfahrungen zu machen und über meine Grenzen zu gehen.**

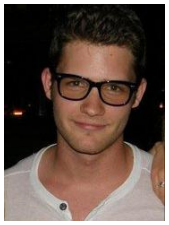
Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe the only way we can reach the Kingdom of Heaven is to have the Kingdom of Heaven in our hearts.

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 44`2011

	Wir haben einen Massive Action Plan erstellt, der viele Schritte umfasst. Es war dieses Mal eher wie eine Beratung, da ich in diesem Fall Informationen gebraucht habe. Ich hatte wieder das Bedürfnis und den Drang noch mehr zum Handeln zu kommen. Am Ende spürte ich als sprudelte es aus mir heraus. Im Moment bin ich auf der Suche nach einer festen Location (idealerweise im 7. oder 8. Bezirk) mit einem Raum für 40 Leute + einem zusätzlichen Raum für Coachings. Gesamtfläche sollte etwa 80 bis 100m² sein. Als Miete stelle ich mir 750 bis 800 EUR vor. **Als nächstes formuliere ich ein Konzept für das AMS um im Unternehmensgründerprogramm aufgenommen zu werden. Außerdem erstelle ich einen Aktivitätsplan mit allen Maßnahmen bis Ende März 2012 um meine operativen und strategischen Ziele zu erreichen.**
	Mit Stefan als neuem Coach habe ich einen neuen Blickwinkel auf mein Ziel bekommen und gesehen, das es als Zweck für viele weitere Ziele dient. Es wurde klar das die Wohnung ein Ziel ist um den Spaßfaktor und einen aktiveren Freundeskreis aufzubauen, was langfristig eine wichtige Entwicklung ist. Neben dem Studienabschluss (gerade dabei) habe ich bereits 2 Bewerbungen für einen Teilzeitjob und 3 Wohnungsbesichtigungen absolviert.
	Die letzte Coachingeinheit war die erste, bei der ich von Christian gecoacht wurde. Wir brauchten kaum Umgewöhnungszeit und konnten gleich ans Eingemachte gehen. Ich habe das Gefühl, Christian kennt sehr genau den Unterschied zwischen vorgeschobenen Zielen und Herzenszielen. Wir haben daher ein Ziel ausgearbeitet, das ich schon seit Jahren vor mich herschiebe: die Style-Life Challenge. **Ein 30 Tage Step-by-Step Plan, der mir helfen soll meine sozialen Ängste abzubauen. Bereits der erste Tag war eine Herausforderung, weshalb ich weiß, dass ich das richtige Ziel gewählt habe.**
	Vollkommen orientierungslos hab ich mich an das WTW-Rad geklammert um ein neues Ziel für die kommenden Wochen zu finden. Nach einer Ergebnisanalyse hat mich Felix nach meinem "wirklichen Ziel" gefragt und mich somit auf den "richtigen Weg" geführt. Mein größter Wunsch ist das Studium im Juni 2012 erfolgreich zu beenden. **Das Verfassen der dafür notwendigen Diplomarbeit haben wir uns als neues Ziel gesetzt.**
	Robert war diesmal auf Urlaub und konnte nicht teilnehmen.
	Ron konnte diesmal nicht teilnehmen.

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 46`2011

Unser letztes Treffen hatte eine andere Energie als sonst. Es begann schon ruhiger und die Stimmung war sehr gedämpft. Man merkt wie der Winter einkehrt und sich alles ein wenig verlangsamt und in sich selbst zurück zieht. So wie der Samen unter der Erde keimt und sich die Natur auf die kalte Jahreszeit vorbereitet, sind auch viele Menschen dabei sich eher auf sich und die engsten Freunde und Familienmitglieder zu konzentrieren.

Nachdem wir ruhig unsere Erfahrungen der letzten Woche geteilt haben, hat uns Stefan mit einer Meditation durch den Abend geleitet mit der wir dann auch den Abend geschlossen haben.

Chakra Dhyana – A Oneness medidation

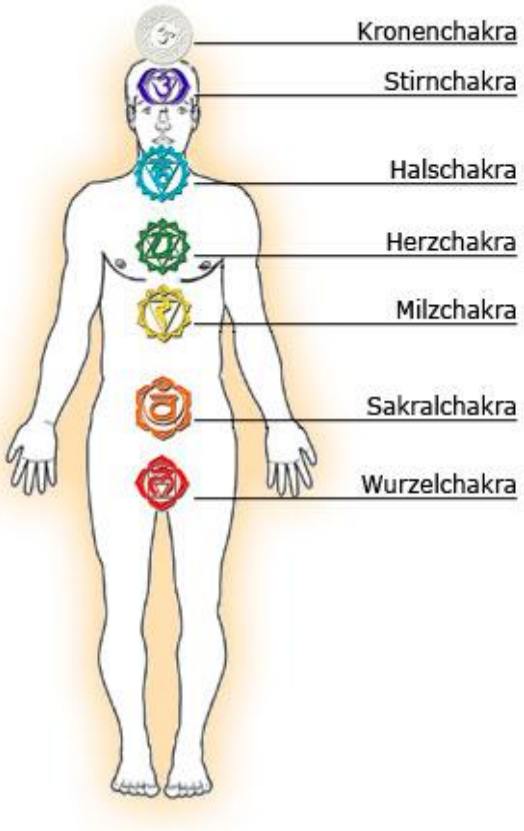
Chakra Dhyana ist eine indische Meditation zum aktivieren der Chakren. Chakren sind Energiezentren im Körper in denen die sogenannten „Nadi´s“ oder Meridiane in der T.C.M. zusammenlaufen.

Bei der Meditation ist es das tiefere Ziel die Kundalini zu erwecken – eine ätherische Kraft im Menschen. Diese befindet sich ruhend am unteren Ende der Wirbelsäule und verläuft von dem dortigen Wurzelchakra hinauf bis zum Kronenchakra.

Wenn ihre Energie, die im Alltagsbewusstsein im Wurzelcharkra ruht, aufsteigt, dann erfahren wir Zustände von höherem Bewusstsein. Es vereinigt sich dann die Kundalini mit der kosmischen Seele und man erfährt höchstes Glück.

Durch das Tönen eines bestimmten Tones pro Chakra erreichen wir, dass dieses Chakra durch die Vibration geöffnet wird und die Energie besser fließen kann. Durch die bewusste Konzentration auf die Chakren erreichen wir unterschiedliche Zustände der Entspannung und Befreiung.

Auch ohne die Erfahrung der Kundalini wirkt die Meditation so, dass sie uns mehr zum inneren Ruhen und einem Zustand der Entspanntheit führt.



Folgende Töne verwendeten wir:

OGUM SATYAM OM	– Kronenchakra
AUM	– Stirnchakra
HANG	– Halschakra
YANG	– Herzchakra
RANG	– Milzchakra
VANG	– Sakralchakra
LANG	– Wurzelchakra

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe that there is no devil, but fear!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 47`2011

Was ein Coach ist und was er für andere tut

Für Anthony Robbins ist ein Coach (anders als ein Trainer) ein Freund, jemand dem ihr Wohl wirklich am Herzen liegt. Er ist bestrebt ihnen dabei zu helfen, das Beste in ihnen zur Entfaltung zu bringen. Er stellt sie vor Herausforderungen und lässt sie nicht mehr vom Haken. Ein Coach verfügt über Wissen und Erfahrung, weil er sich früher als sie mit der Materie befasst hat. Er ist nicht besser als die Leute die er betreut. Diese Einsicht, heilte mich von dem Bedürfnis, für die Menschen denen ich etwas „beibringe“ stets perfekt sein zu müssen. Seine Schützlinge haben unter Umständen natürliche Talente und Begabungen, die den seinen überlegen sind. Aber da ein Coach seine Energie seit Jahren auf einen bestimmten Bereich konzentriert hat, kann er ihnen so manche Erkenntnisse vermitteln mit denen sie im Nu ihre Leistung merklich verbessern können. Manchmal verhilft ihnen ein Coach zu neuen Informationen, Strategien und Fähigkeiten und zeigt ihnen wie sie meßbare Ergebnisse erzielen. Er muss ihnen aber nicht einmal etwas Neues beibringen. Vielleicht erinnert er nur an das, was sie im richtigen Augenblick zu tun haben und fordert sie mit Nachdruck auf es zu tun.

Ein Coach ist ein Freund dem ihr Wohl wirklich am Herzen liegt! (Anthony Robbins)

Ein einfacher Coachingablauf (Analyse – Fokus – Beratung)

1. Wie war deine letzte Woche? (Alltag, Arbeit, Familie, Partnerschaft, Freunde, …)
2. Wie geht es dir gerade? (Stimmung, Emotionen, Gedanken, Bedürfnisse)
3. Worüber möchtest du im heutigen Coaching reden?
4. Was hat sich in Bezug auf dein Ziel seit dem letzten Coaching getan?
5. Welche Herausforderung hast du bei dem dir jemand (aus der Gruppe) helfen könnte?

Zuerst sollte man jemanden dort abholen wo er ist um dann gemeinsam den nächsten Schritt zu setzen. (Nico)

	Asta hat an den drei Lebensbereichen, wo sie nach der Selbstpräsentation den größten Verbesserungsbedarf entdeckt hatte gearbeitet. Ihre Ziele setzte Sie im Bereich Körper und Gesundheit, als auch Partnerschaft. Ron hat ihr geholfen sehr konkrete Ziele aus diesen Bereichen zu setzen, die auch realistisch erreichbar sind und sich gut im Alltag integrieren lassen. Asta hatte auch Gelegenheit das erste Mal selbst in der Gruppe zu coachen, wass für Sie eine sehr bereichernde Erfahrung war.
	Durch die neue Coaching Ordnung musst Asta erst einmal up-to-date gebracht werden und sie hat dabei nicht los gelassen bis sie das Gefühl hatte alles verstanden zu haben. Wir haben auch jeweils definiert wie sich der "Zielzustand" anfühlt. **Zukünftig gilt es weiter mich selbst zu beobachten und die gewonnen Erkenntnisse dann reflektieren.**
	Carina war motiviert um mir im Coaching in den Arsch zu treten. Sie stürzte sich gleich auf mein Ziel und wollte wissen, was ich bisher erreicht habe. Es hat sich wie ein Verhör angefühlt und war ziemlich hart. Der Einstieg hat mir nicht gefallen, aber es war richtig von ihr konkret mein Ziel anzusprechen, da ich es aus dem Auge verloren hatte. Abgesehen von einigen Alibiaktivitäten habe ich nicht sehr viel weitergebracht und darum einiges nachzuholen. **Der nächste Schritt wird sein mich auf die Aufnahmetests vorzubereiten und den Besuch in Kalifornien fertig zu planen.**

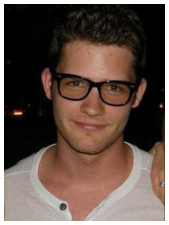
Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

We believe that there is no devil, but fear!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 47`2011

	In diesem Coaching habe ich mit Networking und dem AIDA Prinzip auseinander gesetzt. Mein nächstes Ziel ist es Menschen, denen ich begegne, nahezubringen was ich mache: *„Ich begleite Menschen in eine neue Zeit, um ihnen zu helfen ihr volles Potential zu nutzen. Kennst Du das Gefühl, dass das Leben dir mehr bieten sollte, es aber nichts ist das Du im Materiellen Sinn benötigst? Ich kann Dir helfe, den Zugang zu bekommen der dazu Notwendig ist! Um anderen Menschen mit meiner Arbeit dienen zu können muss ich die Menschen darüber informieren was ich tue.“* **Mein nächster Schritt ist es diese weiter zu verfeinern und zu üben.**
	Durch Reflektion hat sich ergeben das die bisher im Zyklus gesetzten Ziele bereits erreicht sind oder dabei sind erreicht zu werden und dies auch mit Unterstützung der Gruppe. Durch gezieltes Fragen hat Stefan meinem Selbst-Bewusst-Sein geholfen und nach Bewusst-werden von gefühlter eigener Schwächen ist das **nächste Ziel zur weiteren Eigenständigkeit ein komplettes Menü von Einkauf bis Abwasch für mich und Geschwister zu planen und zu kochen**.
	Beim letzten Coaching war ich sehr aufgewühlt durch die vielen Veränderungen in meinem Leben. Christian hat es jedoch sehr gut geschafft, meine Gedanken wieder zu fokussieren. Das USA Praktikum hat im Moment höchste Priorität, der nächste Schritt ist daher eine Liste von Top Arbeitgebern zu erstellen. **Wenn irgend jemand Erfahrungen mit Auslandspraktika hat, Arbeitgeber in den USA kennt oder sonstiges Wissen beisteuern könnte, wäre ich sehr dankbar!**
	Felix hat mir einen starken Motivationsschub gegeben um nicht aufzugeben und meine Verpflichtungen fristgerecht zu erfüllen. Diese Woche habe ich das Konzept für meine Diplomarbeit erstellt und es gerade per Email bei meinem Betreuer eingereicht. Hoffentlich bekomme ich bald eine positive Rückmeldung. **Als nächsten Schritt bereite ich mich auf eine etwaige Konzeptbesprechung vor.**
	Robert war geschäftlich verhindert und konnte nicht teilnehmen.
	Ron war geschäftlich verhindert und konnte diesmal nicht teilnehmen.

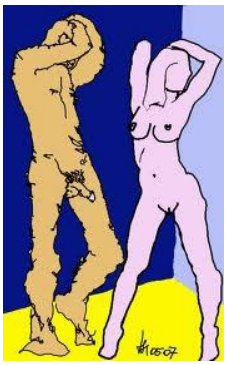
Erkenne deine Grenzen …. *… und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

Love is composed of a single soul in two bodies (Aristoteles)

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren… Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 48`2011



Der vergangene Freitag stand ganz im Lichte der jeweiligen Geschlechterrolle. Felix und Christian leiten durch einen Abend der Männlichkeit und Petra Fürst zeigt auf ihrem Impulsabend einen Weg um den Traummann zu finden.

Es geht dabei um ein paar Geheimnisse die manche Menschen unterbewusst immer schon einsetzen, während andere dies nicht tun und sich wundern warum sie andere Ergebnisse erzielen. Im Grunde geht es wie immer „nur" darum mehr zu uns

„Männer sind anders. Frauen auch. Doch uns verbindet das Leben!" (Nico)

Inspirationen auf dem Weg zum wahren Mann

Der Fokus auf dem Weg zur Männlichkeit liegt ganz stark auf dem eigenen Selbst(-vertrauen) mit dem jeder Mann im Hier und Jetzt Präsenz zeigen kann und damit ein starkes Auftreten mit einer großen Anziehung auf andere entwickeln kann. Ein Weg um in diesen Zustand zu kommen ist es sich geistig und körperlich fit zu halten. Wer z.B. regelmäßiges Ausdauer- oder Krafttraining macht und meditiert lebt nicht nur gesünder und hat mehr Energie für den Alltag, sondern es erhöht sich dabei auch der Testosteronspiegel – dem biologischen Inbegriff der Männlichkeit.

Das Wichtigste ist, dass sich jeder (natürlich auch Männer) um seine eigene Gesundheit kümmern muss, und die Verantwortung nicht abgegeben darf, auch wenn man sich natürlich von Experten und Fachleuten dabei Unterstützung und Rat holen kann.

Übungen zur Stärkung der Maskulinität

Ziel der Übungen ist es die anwesenden Männer dabei zu unterstützen mehr Präsenz zu zeigen. Wer vollständig im Moment lebt, lässt sich nicht von Geistern aus der Vergangenheit oder Sorgen über die Zukunft dominierenund kann dadurch sein volles Potential viel besser ausschöpfen. Den die Energie fokussiert ja nur auf diesen einen Moment. Jede der Übungen soll gezielt einen bestimmten Bereich männlichen Charismas stärken.

1) Meditation von Godwin Samararatne: Die Übung soll dabei helfen, die Vergangenheit hinter sich zu lassen und all jenen zu vergeben, die dir in der Vergangenheit Schmerzen zugefügt haben.
2) Stabilität und Entspannung: Die nächste Übung zielt darauf ab, Kontakt mit der Erde aufzunehmen und alle Verspannungen von uns zu lösen. Durch das Ausschütteln von Armen und Beinen macht sich Entspannung im ganzen Körper breit.
3) Der Krieger: Nachdem wir uns wieder wohl im eigenen Körper fühlen, ist es Zeit den Krieger in uns hervorzuholen. Zu den Klängen von Slayer wird tief durch den Schritt eingeatmet, während die Arme männliche Energie durch unseren Körper pressen. Die Arme dienen dabei als Kompass für den Energiefluss. Beim Ausatmen wird neben dem Verschränken der Arme ein Kriegerschrei losgelassen.
4) Der Liebhaber: Nachdem wir uns vom Kampf erholt haben ist es Zeit die Welt mit unserer Liebe zu beschenken. Durch langsame, kreisende Hüftbewegungen befruchten wir die Welt mit unserer Liebe. Wir bewegen uns als ob wir in einem riesigen Wackelpudding schwimmen würden und konzentrieren uns nur darauf, das Geschenk unserer Liebe an die Welt zu verteilen.
5) Öffne dein Herz: Wir stellen uns vor, unsere Arme wären riesige Flügel und spreizen die Arme so weit es geht. Wir möchten die ganze Welt umarmen und fühlen den Schmerz und die Verletzlichkeit, die einhergeht wenn man sein Herz vollständig öffnet.

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

Love is composed of a single soul in two bodies (Aristoteles)

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Way to Wealth: Zweiter Zyklus - Woche 48`2011

Petra Fürst, Coach/Buchauthorin/Trainerin und Gründerin von New Social Dynamik, ist schon seit ihrer Jugend fasziniert von den Hintergründen des menschlichen Verhaltens. Eine Gemeinsamkeit die alle Menschen haben ist der Traum von romantischer und bedingungsloser Liebe. Am meisten interessiert hat sie immer schon die Rolle der Frau in diesem Bereich.

In ihrem Vortrag geht es darum die Vergangenheit auzuflösen, indem man die Schmerzen der letzten Trennungen heilt und jemanden findet mit dem man neu beginnen kann um dann gemeinsam auf das nächste Level einer erfüllten Beziehung zu wachsen.

Als Traumfrau zum Traumprinzen

Ja, es stimmt: Wir Frauen warten darauf dass der Prinz kommt.
Aber: ein ordentlicher Prinz sorgt dafür dass wir zuerst kommen. ;-)
(Petra Fürst)

Sandra ist eine sehr attraktive, überdurchschnittlich gebildete Frau und in ihrem Beruf sehr erfolgreich. Es läuft alles super, aber sie findet einfach keinen passenden Partner. Wie oft plant sie mit ihrer Freundin auszugehen um Spaß zu haben und das zu ändern. Auf einer Party auf die beide gehen wollen wird Max sein. Sie ist schon länger in ihn verliebt und sieht sich vorher auf Facebook sein Profil und die Fotos an und begeht dabei den ersten Fehler.

Fehler 1 – Zuviel Emotionen ohne ihn noch genau zu kennen

Als sie auf der Party sind, sieht sie Max und kommt auch leicht mit ihm ins Gespräch. Sie verstehen sich ausgezeichnet und haben eine tolle Zeit zusammen. Es dauert nicht lange bis sie sich küssen. Am nächsten Tag sprechen beide Freundinnen über den Abend und Sandra erzählt wie gut sie zusammenpassen und schwärmt von dem tollen Sex am Vortag.

Fehler 2 – Du bist zu leicht zu haben & Fehler 3 – Du gibst zu viel zu früh

Obwohl er es ihr gesagt hatte, meldet er sich nicht mehr. Auf ihr nachfragen hin bekommt sie nur als Antwort, dass sie toll ist, aber er momentan lieber seine Freiheit genießt. Sie interpretiert, dass er noch nicht ganz von seiner Ex-Freundin getrennt ist und wählt die Strategie, sich noch mehr um ihn zu bemühen. Damit begeht sie den nächsten Fehler und die Geschichte nimmt ihren Lauf...

Sandra wird dadurch nie andere Ergebnisse erzielen und damit wie bisher unglücklich auf der Suche nach dem passenden Partner sein.

Die 10 häufigsten Fehler beim Flirten sind ein großer Teil von Petras Präsentation.

Doch es gibt ganz einfache Wege wie sie es mit einer neuen Strategie schaffen kann sich selbst treu zu bleiben und damit auch die Männer anzuziehen die sie glücklich machen. Sie müsste sich dann nur noch für einen entscheiden.

Im Grunde geht es bei jeder Frau (bzw. auch bei Männern) um die Stärkung des Selbstvertrauens um eine Ausstrahlung zu entwickeln die interessante Menschen anzieht. Der positive Nebeneffekt ist zusätzlich, dass jeder Mensch dadurch seine Lebensfreude aktiviert und insgesamt eine höhere Lebensqualität erfahren kann. Dazu stellt sie eine Methode vor die schon manchen bekannt ist, die man aber nie oft genug hören kann: DIE TRIADE

Weitere Infos findet ihr im Gratisdownload von Pandoras Geheimnis. Für alle Wtw Mitglieder zu Sonderpreis von 37 EUR. Schreib einfach ein E-Mail an:

petra@newsocialdynamics.com

Für viele weitere hilfreiche Tips besucht Petras Website und tragt euch für ihren Newsletter ein. Es gibt auch eine Gratisversion von ihrem Buch auf der Website zu downloaden um die ersten Schritte zu setzen wie man den Mann seiner Träume findet, verführt und behält.

Beruflich / Wirtschaftlich

Mein Motto:

Wer möchte ich sein? Was sind die Ziele meines Lebens die ich leidenschaftlich verfolgen werde?

In über 10 Jahren

5 bis 10 Jahre

1 bis 5 Jahre

0 bis 1 Jahr

Wer war ich? Was hat mich zu dem gemacht, der ich heute bin?

0 bis 1 Jahr

1 bis 5 Jahre

5 bis 10 Jahre

Vor über 10 Jahren

Persönlich/Privat

Mein Motto:

Wer möchte ich sein? Was sind die Ziele meines Lebens die ich leidenschaftlich verfolgen werde?

In über 10 Jahren

5 bis 10 Jahre

1 bis 5 Jahre

0 bis 1 Jahr

Wer war ich? Was hat mich zu dem gemacht, der ich heute bin? Was kann ich?

0 bis 1 Jahr

1 bis 5 Jahre

5 bis 10 Jahre

Vor über 10 Jahren

Luxus/Materieller Besitz

Mein Motto:

Wer möchte ich sein? Was sind die Ziele meines Lebens die ich leidenschaftlich verfolgen werde?

In über 10 Jahren
5 bis 10 Jahre
1 bis 5 Jahre
0 bis 1 Jahr

Wer war ich? Was hat mich zu dem gemacht, der ich heute bin? Was besitze ich wirklich?

0 bis 1 Jahr
1 bis 5 Jahre
5 bis 10 Jahre
Vor über 10 Jahren

Sozial

Mein Motto:

Wer möchte ich sein? Was sind die Ziele
meines Lebens die ich leidenschaftlich verfolgen werde?

In über 10 Jahren

5 bis 10 Jahre

1 bis 5 Jahre

0 bis 1 Jahr

Wer war ich? Was hat mich zu dem gemacht,
der ich heute bin? Was habe ich schon für andere getan?

0 bis 1 Jahr

1 bis 5 Jahre

5 bis 10 Jahre

Vor über 10 Jahren

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Open Space Inspiration Coaching Training

Es gibt nur eine Sache die zu einem außergewöhnlichen Leben führt:
Eine außergewöhnliche Einstellung!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Der Lebenskreis©

Der Lebenskreis hilft bei der Beurteilung der einzelnen Lebensbereiche. Zwischen 0 und 100 kann man bewerten wie zufrieden man mit dem jeweiligen Bereich ist. Man kann entweder nur den IST-Zustand analysieren, oder sich auch mit anderer Farbe einen SOLL-Zustand definieren um zu zeigen woran man arbeiten möchte.

Es gibt verschiedene Varianten diese subjektive Bewertung zu machen. Einerseits kann man jeden Bereich relativ gut bewerten aus dem Grund, dass es kein aktuelles Bedürfnis in diesem Bereich gibt und „eigentlich alles in Ordnung" ist. Andererseits kann man natürlich auch einen besonders pessimistischen Standpunkt vertreten um ja genug emotionalen Druck aufzubauen, der dann zur Veränderung führt.

Um sich in egal welchem Bereich zu verbessern, ist eine gewisse Unzufriedenheit mit dem Status quo eine Grundvoraussetzung. Doch Vorsicht: Treibt man die Unzufriedenheit zu weit verschwindet jeder Spaß und man wird zum Getriebenen.

Wie überall im Leben und vor allem in dieser Bewertung ist es wichtig gesund und ausgeglichen zu sein und sich realistisch selbst zu reflektieren. Am sinnvollsten ist es die einzelnen Bereiche in Abhängigkeit zueinander zu bewerten. Z.B.: Meine finanziellen Fähigkeiten um ein Einkommen zu erzielen sehe ich als Stärke, darum geb ich dem eine 8. Mit meinem Körper bin ich eigentlich auch zufrieden, aber bei weitem nicht so gut trainiert wie im Bereich Finanzen darum bekommt der Bereich eine 4.

Geist:	Oder auch Spiritualität und Philosophie – Zugang zu einem höheren Bewusstsein Künste, Musik, Schauspiel, Tanz, Kreativität, Entspanntheit, Flow, Meditation,
Körper:	Die physische Gesundheit umfasst als zwei Hauptbereiche den Körper un die Ernährung. Körper = Fitness, Kondition, Gewicht, Blutdruck, Attraktivität, Körperhaltung Ernährung = Stoffe die wir unserem Körper zuführen (Rauchen, Medikamente, Nahrung)
Selbst:	Die Fähigkeit sein eigenes Ego zu verstehen und mit den Emotionen umgehen zu können. Selbstbewusstsein = Werte, Identität, Prinzipien, Glaubenssätze, Entscheidungen. Der Bereich ist auch ein Maß für den Grad an Selbstbestimmung oder Fremdbestimmung.
Partner:	Die Stärke und Qualität der Beziehung mit dem EINEn Menschen mit dem man am liebsten alles teilt, vor allem aber die innersten Gedanken. Das kann ein Geschäftspartner sein, aber auch bester Freund/Freundin oder Ehepartner...
Familie:	Das kann einerseits die wirkliche Familie, aber auch der allerengste Freundeskreis sein. Man kann einander zu 100% Vertrauen und sich auf Unterstützung verlassen.
Freunde:	Das Umfeld der Menschen mit denen man gerne Zeit verbringt und Erfahrungen gemeinsam erlebt. Es herrscht gegenseitiger Austausch und eine enge Bindung, wodurch ein vertrauensvolles Umfeld entsteht in dem man man selbst sein kann.
Bekannte:	Wie auch in den vorherigen Bereichen zählt hier die Qualität des Netzwerkes um z.B. Aufträge zu bekommen, einen Job oder Unterstützung beim Hausbau, Rabattkonditionen beim Einkaufen, besondere Informationen,
Umwelt:	Das Bewusstsein in Bezug auf die Natur und auch das Sozial-/Gemeinwesen
Wissen:	Wie stark ist der Drang Neues zu Lernen um das Leben besser zu verstehen?
Arbeit:	Die Fähigkeit produktiv wertschöpfend tätig zu sein um einen Mehrwert zu erzeugen.
Geld:	Seine Finanzen im Griff zu haben ist die Fähigkeit ein Einkommen zu generieren, die Ausgaben / den Lebensstandard zu kontrollieren und mindestens 10% seines Einkommens zu sparen (ohne es jemals wieder auszugeben).
Besitz:	Die Art wie das angehäufte Vermögen durch den richtigen Umgang mit Geld investiert ist und den Lebensstandard, den man dadurch führen kann. Aktien, Anleihen, Immobilien = passives Einkommen. Autos, Villen, Kleidung = Spaß
Spaß:	Wieviel Energie (Zeit, Geld, Kontakte, Wissen) wird dafür aufgewendet um Spaß zu haben? Macht dieser Spaß auch zufrieden oder lenkt er nur ab?

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

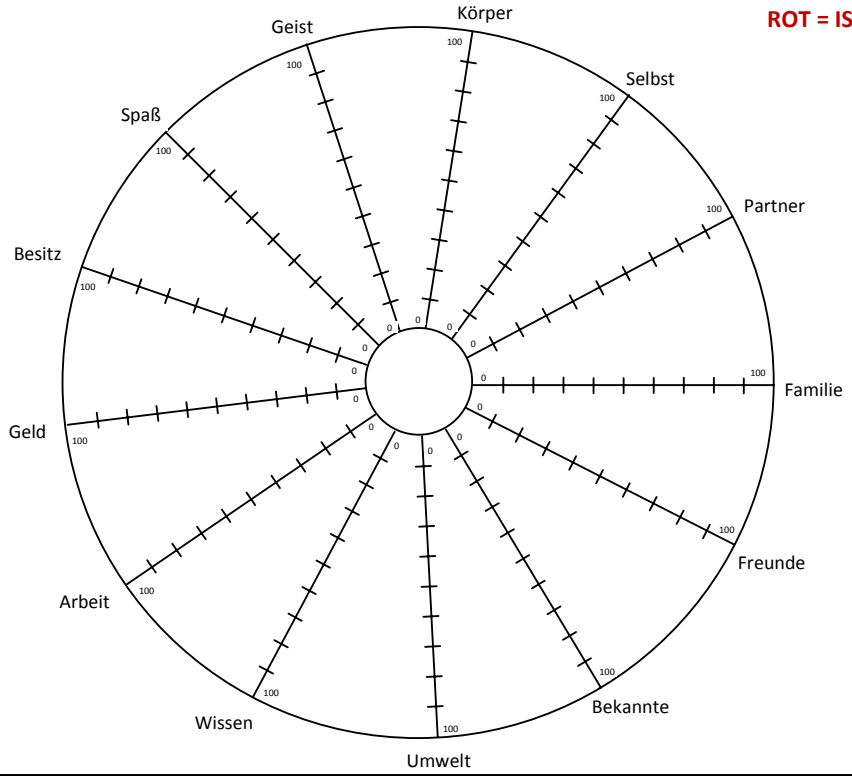
Open Space Inspiration Coaching Training

Es gibt nur eine Sache die zu einem außergewöhnlichen Leben führt:
Eine außergewöhnliche Einstellung!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Der Lebenskreis©

GRÜN = SOLL Zustand
ROT = IST Zustand



Bereich	Momentaner Zustand – Stichworte Heute:	Verbesserter Zustand – Stichworte In einem Jahr In 5 Jahren
Geist		
Körper		
Selbst		
Partner		
Familie		
Freunde		
Bekannte		
Umwelt		
Wissen		
Arbeit		
Geld		
Besitz		
Spaß		

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Open Space Inspiration Coaching Training

Wer kein Ziel hat, verläuft sich. (Abraham Lincoln)

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Die Selbstanalyse©

Für ein besseres Verständnis seiner eigenen Identität ist es wichtig eine Bestandsaufnahme durchzuführen um zu wissen wie man im Leben steht. Jedem ist es bestimmt schon mindestens einmal passiert, dass man nicht wusste wie es weitergeht. Man kann entweder in dem Zustand bleiben in dem man gerade ist, oder man nutzt den Moment um sich ein neues Ziel zu setzen.

Traum: Ein Traum ist das Gefühl von etwas das man gerne tun würde.

Wunsch: Ein Wunsch gibt dem Traum ein konkretes Bild und damit eine Vorstellung.

Ziel: Ein Ziel gibt dem Wunsch einen Termin bis zu dem man den Wunsch erfüllt haben möchte.

Es beginnt mit einem Traum. Man kann es in einem Film gesehen haben, in einem Buch gelesen oder wirklich im Schlaf geträumt haben. Das Zauberwort ist LEIDENSCHAFT. Denn immer da wo wir spüren wie unser Herz schneller schlägt und unsere Aufmerksamkeit total auf eine Tätigkeit ausgerichtet ist, merken wir was wir wirklich wollen. Um glücklich zu werden gibt es nur einen Weg: Folge dem Weg deines Herzens.

Was vielen bereits passiert ist kann jedem passieren und die Erfahrung zeigt, dass es auch in der Mehrheit der Fälle so ist. Die wenigsten haben konkrete Ziele, weil es gar nicht so leicht ist sich ein wirklich konkretes und exaktes Ziel zu setzen. Kein Ziel zu haben ist jedoch keine Schande, solange man sich bewusst ist, dass man sehr viel Kraft aus einem klaren Ziel bekommt und sich entscheidet den Zustnd zu genießen wie er ist.

„If you get tired of chasing your dreams, let them go and you can catch up later." (Leo)

Ein zielloser Zustand ist ein Zustand in dem man seine Energie nicht klar ausrichtet. Um das Maximum im Leben zu erreichen, ist es notwendig ein Ziel zu haben durch das man beflügelt wird. Kein Ziel zu haben ist auch ok, besser sogar noch als ein Ziel zu haben mit dem man nur Schaden bei sich oder anderen anrichtet.

Wenn einmal das Ziel da ist, dann entsteht der Rest wie von selbst. Darum ist ein großer Teil des Prozesses in den sich jeder begibt der, der Zielfindung und Prüfung ob es ein Ziel ist aus dem man wirklich viel Energie bezieht. Den ein falsches Ziel kann auch Energie kosten.

Mach ein kurzes Brainstorming und schreibe jeweils deine 3 wichtigsten Träume, Wünsche und Ziele auf.

Träume	Wünsche	Ziele
1.	**1.**	**1.**
2.	**2.**	**2.**
3.	**3.**	**3.**

Erkenne deine Grenzen .... *... und wachse darüber hinaus!*

Coaching Inspiration Training Open Space

Stärken stärken und die Schwächen kompensieren lassen!

Das Leben ist zu kurz um es nur auszuprobieren... Welche Ziele hast du?

Die SWOT - Analyse

Man versucht mit dieser Analyse einen guten Überblick über seine Stärken, Schwächen, Chancen und Risiken zu bekommen um besser entscheiden zu können auf welche Bereiche man sich konzentrieren möchte und welche anderen Bereiche man anderen überlässt. Man kann dann durch die kooperative Zusammenarbeit mit anderen die unterschiedlichen Stärken nutzen um die unterschiedlichen Schwächen auszugleichen und gemeinsam noch stärker zu sein.

In der Anwendung ist es besser die SWOT nicht nur stur auszufüllen, sondern sie zu hinterfragen: Wie kann man seine Stärken besser betonen und ausbauen? Wie kann man die Schwächen kompensieren? Wie kann man die vorhandenen Möglichkeiten besser nutzen? Wie kann man sich vor Gefahren schützen? Man kann sich beim Ausfüllen schon auf ein bestimmtes Vorhaben konzentrieren.

Stärken: Bewusste und unbewusste fachliche oder soziale **Kompetenz** (unser persönliches Vermögen) in verschiedensten Bereichen wie z.B.: Sprache, Technik, Sport, Gesundheit, Beziehungen, Finanzen, Beruflich, Lernen, Urteilskraft, ...

Schwächen: Bewusste und unbewusste fachliche oder soziale **INkompetenz** (unser persönliches UNvermögen) in verschiedensten Bereichen wie z.B.: Pünktlichkeit, Ungenauigkeit, Mathematik, Geschichte, Biologie, ...

Chancen: Möglichkeiten in unserem Umfeld um unsere Stärken einzusetzen oder weiterzuentwickeln

Risiken: Eventuelle Gefahren die z.B.: aus unseren Schwächen oder unvorhergesehenen Ereignissen entstehen

Interne Faktoren		**Externe Faktoren**
Strengths / Stärken – Was kann ich besonders gut?		Chancen – Welche Möglichkeiten bieten sich mir gerade?
Fachlich	Sozial	
Weaknesses / Schwächen – Wo tue ich mir schwer?		Risiken – Worauf muss ich besonders Acht geben?
Fachlich	Sozial	