

# Der Anfang

Am Anfang steht die Orientierung.

Ohne zu wissen, wer wir sind, wie wir denken und fühlen, was uns antreibt und was uns bremst, werden wir kein Ziel erreichen. So, wie wir wissen müssen, wo in welcher Stadt wir uns befinden, um den Weg nach Hause einschlagen zu können, so sollten wir auch wissen, wo wir im Leben stehen, bevor wir etwas neues angehen. Ein Ziel setzen und losgehen.

Unter anderem durch Seminare zum Thema Körpersprache und Zielsetzung, beschäftige ich mich mit den verschiedenen Aspekten der Kommunikation. Dem Weg vom Gedanken oder einer Illusion hin zum Ziel. Ich gebe Hinweise, wie diese Ziele definiert und erreicht werden können.

Körpersprache ist auch ein Werkzeug dafür??? JA! Unsere Körpersprache zeigt uns unsere Einstellung zu Themen und Situationen. Verstehen Sie, wie Sie und andere mit dem Körper sprechen. Verstehen Sie, warum Sie auf eine bestimmte Art und Weise gestikulieren, gehen, stehen, sitzen. Verstehen Sie sich selbst.

Mein Ziel ist es, Menschen darin zu unterstützen, die Verantwortung für ihr eigenes Leben zu übernehmen. In dem ich ihnen Werkzeuge vorstelle, die es ermöglichen, aus der Vielfalt der Möglichkeiten einen Fokus auf die eigene Position, die eigenen Veranlagungen, Wünsche und Ziele zu legen. Dazu gehören auch die Themen Körpersprache und Kommunikation, sowie Planung und Zielsetzung. Über kleine Schritte und das Erreichen kleiner Ziele schaffen Sie es immer weiter in die Verantwortung. Egal ob Sie „einfach nur“ Struktur in Ihren Alltag bringen wollen, schon immer davon geträumt haben anderen helfen zu können, oder Sie Ihren Arbeitsalltag verbessern möchten, der Schlüssel dazu ist:

Nehmen Sie Ihr Leben in die eigene Hand!