„Mach dein Hobby zum Beruf, dann musst du ein Leben lang nicht mehr arbeiten“

Konfuzius

Tag 5

Meine Interessen und Leidenschaften

Wir nähern uns nun Ihrer Vision von einem erfüllten (Berufs-)Leben. Die wichtigste Voraussetzung dafür ist:

Leidenschaft.

Wenn Sie Ihre Aufgaben mit Lust und Begeisterung erledigen, werden Sie erfolgreich damit sein.

Der Berufsweg, den wir irgendwann einmal eingeschlagen haben, ist leider häufig nicht der, auf dem unsere Interessen und Leidenschaften zum Einsatz kommen. Die Folge: Dienst nach Vorschrift. Und das macht auf Dauer sehr unzufrieden.

Eine berufliche Veränderung bietet häufig eine Riesenchance, endlich das zu tun, was einen erfüllt. Aber was ist das eigentlich? Vielen fällt es schwer, spontan zu sagen, bei welchen Tätigkeiten sie Glück empfinden, die Zeit vergessen – in einen Flow-Zustand geraten.

Wir haben im Folgenden einige Fragen für Sie gesammelt, damit Sie sich Ihre wahren Interessen vor Augen führen.

Schauen Sie sich zu Hause sowie im Buch- und Zeitschriftenhandel um und überlegen Sie:

Welche Themen sind in meinem Bücherregal am meisten und wiederkehrend vertreten?

Zu welchen Bereichen zieht es mich in den Geschäften?

Welche Reportagen lese ich?

Welche TV-Programme schaue ich, welche DVDs oder Hörbücher interessieren mich?

Was begeistert mich immer wieder?

Hat sich das im Laufe der Jahre geändert?

Haben sich Themenfelder verstärkt oder sind verschwunden?

Gibt es Themen, die mich seit meiner Kindheit begleiten?

Über welche Themen unterhalte ich mich mit Freunden und Bekannten?

In welchen Fachbereichen weiß ich am meisten?

Und wenn Geldverdienen gar keine Rolle spielen würde ...

Was würde ich dann in meinem Interessenfeld ausprobieren wollen?

Gibt es Vorbilder, von denen ich mir etwas abgucken könnte?

Mit wem würde ich sprechen wollen?

Welche Informationen würde ich bekommen wollen?

Ihre Bildercollage

Nachdem Sie alle Fragen beantwortet haben, wissen Sie, was Ihnen wichtig ist und wofür Sie sich interessieren. Jetzt geht es darum, diese Vorlieben und Wünsche in Bildern darzustellen. Eine Bilder-Collage macht sichtbar, was Sie sind, tun und in Ihrem Leben haben möchten. Die Macht der Bilder beruht auf diesem Prinzip:

Worauf Sie Ihre Aufmerksamkeit richten, dorthin fließt auch Ihre Energie

Daher sollten wir unsere Aufmerksamkeit auf die Dinge richten, die wir in unserem Leben haben möchten!

Lassen Sie Ihr Gehirn positiv mitdenken!

WICHTIG:

Wählen Sie nur solche Bilder aus, die das ausdrücken, was Sie erreichen wollen. Immer die positive Variante und nicht die negative! Beispiel: Wenn Sie abnehmen wollen, nehmen Sie keine Bilder von Essen oder übergewichtigen Menschen, die Sie dann durchstreichen.

Finden Sie Bilder von glücklichen, gesunden und schlanken Menschen.
Das Unterbewusstsein arbeitet und funktioniert in erster Linie über Bilder und versteht weder das Wort „nicht", noch etwas Durchgestrichenes. Unser Gehirn kann nur Positives umsetzen.

So geht's:

Nehmen Sie sich ein paar Stunden Zeit für diese Übung und:

- einen möglichst großen Fotokarton oder ein Flipchartbogen (mindestens DIN A3)
- eine Schere und Klebstoff
- so viele Magazine, Zeitschriften und Bilder, wie Sie bekommen können

Sie können Ihre Pinnwand auch im Internet – bei Pinterest oder einer speziellen Seite wie www.fotocollagen.de – erstellen. Hauptsache, Sie wählen den Weg, der Ihnen Spaß macht. Je mehr Freude Sie dabei empfinden, desto positiver und motivierender wird Ihre Bilder-Collage oder Pinnwand.

Gehen Sie Ihre Interessen, Wünsche, Ziele und Visionen für die verschiedenen Themen und Interessensfelder noch einmal durch und sammeln Sie alle Bilder oder Symbole, die für Sie Ihre Interessen repräsentieren und sich richtig gut anfühlen.

Wenn Sie ein klares Bild davon haben, was Sie wollen, stellen Sie sich vor, wie Ihre Collage mit Ihrer Vision und Ihren Interessen Wirklichkeit wird.

Antonias Vision in Bildern

Erfolg und Genuss: Diese beiden Komponenten spiegelt Antonias Zukunfts-Collage wider. Eine höhere Position soll ihr ein komfortables Leben mit Zweitwohnsitz in Italien ermöglichen. Partner, Herkunftsfamilie und Freunde sind wichtig für eine gute Work-Life-Balance.

Zukunft

Tag 6: Mein nächster Schritt
Tag 7: Meine Wunschposition als Stellenanzeige