Wenn Gedanken unser Bewusstsein bestimmen

Über die Blockadewirkung persönlicher Glaubenssätze

| Marc M. Galal

Der Mensch strebt nach Glück und Erfolg. Tatsächlich glücklich und erfolgreich zu sein, erscheint uns oft aber schwer, manchmal gar unmöglich. Schuld daran tragen tief verinnerlichte Glaubenssätze, die unser Handeln aus der Vergangenheit heraus bis in die Gegenwart bestimmen.

„Wir sehen die Welt nicht, wie sie ist, sondern wie wir sind!"

(Talmud)

Was hindert Menschen daran, wirklich erfolgreich zu sein? Erfolgreich im Business als Unternehmer und Chef eines Dentallabors, als Zahntechniker und Führungskraft oder als Mitarbeiter im Labor-Office? Erfolgreich in privaten Beziehungen als Freund, Ehefrau oder Familienvater? Viele Menschen rennen dem Erfolg hinterher – doch diesen tatsächlich zu erreichen, gestaltet sich oft schwierig, wenn nicht sogar unmöglich. Tief verwurzelte Glaubenssätze aus der Vergangenheit blockieren uns und boykottieren unsere Anstrengungen. Das Prekäre daran ist, dass wir oftmals nicht einmal wissen, welche Glaubenssätze wir unser ganzes Leben lang mit uns herumtragen.

Alte Weisheiten: „Schuster bleib bei deinen Leisten!"

Ein höherer Level bleibt uns aus vielen Gründen manchmal ein Leben lang verwehrt. Vielleicht hört jemand in seiner

UPDATE
voreingefärbte Blanks
neue Liquids

ceramill® zolid

Mehr Vielfalt mit HT-Zirkon

Multiindikativ, hochästhetisch, sicher.

SEHEN & ERLEBEN
CAD/CAM ZUKUNFTSTAGE

04.09. Arnsdorf bei Dresden | 25.09. Ribbesbüttel | 25.09. Ulm

Anmeldung und weitere Termine: +49 7231 957-143

AMANNGIRRBACH

Amann Girrbach AG | Fon +49 7231 957-100
Fon International: +43 5523 62333-390
www.amanngirrbach.com

Kindheit von seiner Oma öfter den Spruch „Schuster bleib bei deinen Leisten!". Die Eltern haben dieses Motto ebenfalls gut verinnerlicht, sodass derjenige unbewusst auch den eigenen Fokus darauf richtet. Versucht er trotzdem einmal sein Glück und wagt es, etwas Neues (Beruf, Urlaub u. a.) zu entdecken und es klappt nicht, sieht er das sofort als Beweis seines alten Glaubenssatzes: „Schuster bleib bei deinen Leisten!" Und das obwohl er persönlich sich vielleicht gar nicht mehr an den abgespeicherten Glaubenssatz erinnert. Er ist in der Entwicklung seines Potenzials blockiert sowie in seinen Möglichkeiten eingeschränkt. Da der Wunsch, sich in Richtung Erfolg weiterzuentwickeln, aber groß ist, gibt er nicht auf. Der Wunsch wird einfach noch ein bisschen größer, die Ziele noch ein bisschen höher. Er verinnerlicht die Ziele und Wünsche noch besser und arbeitet immer noch härter daran, sie zu erreichen. Doch irgendwie merkt er, dass er nicht vorwärts kommt ... Unsere inneren Programme funktionieren schließlich perfekt, egal, ob wir wollen oder nicht. Wir tun Dinge, die uns ausbremsen, oft unbewusst. Auch ein noch höheres Maß an Ehrgeiz wird uns nicht zum Erfolg gereichen. Um diese Blockaden aufzulösen, hilft es einzig und allein, emotional an uns zu arbeiten. Durch ein Reframing wird eine andere Abspeicherung unserer Vergangenheit, ein neues Mindset, ermöglicht.

ANZEIGE

„Durch ein neues Mindset, andere, positive Glaubenssätze, erreichen Menschen einen vollkommen neuen Status."

Die Entstehung von Glaubenssätzen
- Nachahmung (enge Bezugspersonen)
- Mündliche Konditionierung (Eltern, Großeltern)
- Referenzerlebnisse (Schule, Freundeskreis)

Glaubenssätze auf Tischbeinen ...

Folgendes Gedankenbeispiel: Jeder unserer Glaubenssätze ist auf eine Tischplatte gemeißelt. Diese Tischplatte und damit unser Glaubenssatz wird getragen von vier Tischbeinen. Auf der Platte steht beispielsweise „Ich bin nicht gut genug!", weil wir es früher immer wieder gehört haben. Wir haben schon in der Schule keine gute Leistung gebracht und haben auch im Labor die Erfahrung gemacht, dass es immer jemanden gibt, der etwas besser kann als wir. Dabei entsteht jedes Mal ein negatives Erlebnis, welches die Tischbeine stärkt. Wir sehen die Welt nicht, wie sie ist, sondern wie wir sind! Durch unsere selektive Wahrnehmung verstärkt sich das Ganze zusätzlich. Ein Beispiel: Überlegen wir uns, ein neues Auto zu kaufen, sehen wir plötzlich überall Modelle der gleichen Marke und Farbe. Die Welt scheint nur noch aus roten Golfs zu bestehen. Wir sehen das, was wir sehen wollen! Ähnlich wie beim Blick durch eine Kamera stellen wir unseren Fokus scharf auf ein bestimmtes Detail. Hat man jedoch seine persönlichen Glaubenssätze erst einmal erkannt, lassen sie sich durch eine Veränderung des persönlichen Fokus natürlich auch umformen. So können wir uns selbst positive Erlebnisse und Erfahrungen schaffen. Kaufen wir uns beispielsweise ein tolles Kleidungsstück, umgeben uns mit freundlich gestimmten Menschen, die uns schätzen und lieben und uns das auch sagen, kann unser neuer Glaubenssatz vielleicht schon bald lauten: „Ich bin gut so wie ich bin!"

Veränderung von Glaubenssätzen in vier Schritten

Um Glaubenssätze zu verändern, muss man

1. erst einmal verstehen, was Glaubenssätze sind.

2. sich selbst bewusst werden, dass und welche Glaubenssätze man hat.
3. Glaubenssätze umprogrammieren (mit NLP-Techniken).

Sie selbst können diesen Prozess entscheidend beeinflussen, indem Sie

4. den Fokus anders steuern und Referenzen suchen. Das heißt, den eigenen Fokus bewusst auf Dinge lenken, die man haben will. Wenn Sie erfolgreich sein wollen, stellen Sie sich die Frage „Wo gibt es einen erfolgreichen Menschen?" und „Wie ist er so erfolgreich geworden?".

Überzeugungen überdenken

Wenn wir uns selbst und andere überzeugen oder etwas bewegen wollen – ob im Unternehmen oder unserem persönlichen Umfeld – handeln wir oft nicht mehr wie gewohnt. Jedoch bringt das, was wir tun, in vielen Fällen nicht den gewünschten Erfolg. Selbst wenn die Strategie noch so ausgereift ist. Warum nur? Ganz einfach: Weil wir mit unseren Gedanken unsere Worte und unsere Handlungen vorbestimmen. Ist also unsere Überzeugung eine andere – auch nur unbewusst aufgrund unserer nicht bekannten Glaubenssätze – erreichen wir unser Ziel nicht. Überarbeiten wir allerdings unsere Glaubenssätze, ändert sich automatisch unser Gefühl (unser Bauch sagt endlich aus tiefstem Herzen JA), Handlungen erfolgen nahezu automatisch und mühelos, unser Ergebnis verbessert sich oft in dramatischem Umfang. Durch ein neues Mindset, andere, positive Glaubenssätze erreichen Menschen einen vollkommen neuen Status. So gelangen wir in jeder Hinsicht und allen Lebensbereichen auf einen wesentlich höheren Erfolgslevel. Wer also bewusst hinterfragt, was er sagt, und seine Einstellung damit positiv beeinflusst, befindet sich auf dem besten Weg, erfolgreich zu werden.

Mein persönlicher Tipp an Sie

Glaubenssätze begleiten unser Leben von unserer Kindheit an. Wir alle haben eine Vergangenheit. Entscheidend ist aber, sie nicht nur mit sich herumzutragen, sie nicht zu verleugnen oder gar zu unterdrücken. Nein, wichtig ist, die vorhandenen Glaubenssätze so zu modifizieren, dass sie Ihnen zukünftig nicht mehr Hindernis, sondern Hilfe sind – Hilfe, das zu tun, was sie wirklich tun möchten.

Marc M. Galal
Infos zum Autor

kontakt.

Marc M. Galal
Lyoner Straße 44-48
60528 Frankfurt am Main
Tel.: 069 74093270
info@marcgalal.com
www.marcgalal.com

ANZEIGE

Denken Sie immer nur ans Geld oder hat Ihr Leben noch mehr Dimensionen?

Was man sich manchmal so anhören muss. Viele machen sich gar keine Gedanken, wie komplex unternehmerisches Handeln ist. Und ein wichtiger Punkt sind eben die Finanzen. Mit denen muss man sich intensiv auseinandersetzen, sonst nützt die ganze Arbeit nichts.

Bisweilen dauert es lange, bis die gestellten Rechnungen beglichen werden. Außenstände sammeln sich an. - Was tun?

Liquidität ist machbar, keine Frage. Schnell, einfach, direkt. Sprechen Sie mit uns.

Sie werden begeistert sein, denn LVG Factoring bringt Liquidität und Sicherheit – und macht Ihren Kopf frei für Familie, Arbeit und Freizeit.

LVG Laborfinanzierung:
Unsere Leistung – Ihr Vorteil

- Finanzierung der laufenden Forderungen und Außenstände
- kontinuierliche Liquidität
- Sicherheit bei Forderungsausfällen
- Stärkung des Vertrauensverhältnisses Zahnarzt und Labor
- Abbau von Bankverbindlichkeiten
- Schaffung finanzieller Freiräume

Lernen Sie uns und unsere Leistungen einfach kennen. Jetzt ganz praktisch mit den LVG Factoring-Test-Wochen.

LVG
Der Finanzierungsexperte rund um die Zahngesundheit

Wir machen Ihren Kopf frei.

Labor-Verrechnungs-Gesellschaft mbH
Hauptstr. 20
70563 Stuttgart
✆ 0711/666 710
Fax 0711/617762
info@lvg.de · www.lvg.de

Antwort-Coupon
Bitte senden Sie mir Informationen zu
☐ Leistungen ☐ Factoring-Test-Wochen
an folgende Adresse:

Name _____
Firma _____
Straße _____
Ort _____
Telefon _____ ZWL

Jetzt hier abtrennen, gleich ausfüllen und faxen an 0711/617762