

## Finde dein Warum

Ich finde es wunderbar, dass du dich entschlossen hast, dein Warum zu finden. Für den Findungsprozess benutze ich die Methode nach Simon Sinek.

Mehr zu Simon Sinek findest du hier (es sind zwei Links zu "Genial Lokal", ein Audible-Link und ein ted-talk-Link, aber kein Affiliate)

Das 1. Buch:

[Frag immer erst: warum](#)

Das 2. Buch:

[Finde dein Warum: Der praktische Wegweiser zu deiner wahren Bestimmung](#)

Das Video vom [TED Talk](#) auf [www.ted.com](http://www.ted.com).

Das Hörbuch (von Audible) kannst du [hier](#) bekommen.

Bevor du den Prozess durchläufst, schau dir auf jeden Fall das Video mit dem TED Talk an. Es zeigt deutlich welche Bedeutung dein WARUM hat. Und keiner kann es so schön und überzeugend erklären wie Simon Sinek.

Danach sammel deine Erlebnisse

## Deine Geschichten bzw. deine Erlebnisse

Ich gebe dir 3 Methoden als Hilfe, so dass du dich leichter an deine Geschichten erinnern kannst. Du musst sie nicht nutzen. Es ist egal welche Methode du wählst. Gern kannst du die Methoden auch mischen.

Mach dir nur kleine Stichpunkte, um dich bei unserem Treffen leichter zu erinnern. Erzähle mir deine Geschichten. Du sollst sie nicht vorlesen und nicht bewerten. Finde die 3-5 Geschichten, die dich am tiefsten berührt haben und erzähle sie zuerst.

Am Ende des Prozesses soll ein Satz entstehen, der folgende Form hat:

***Beitrag den du leistest ... damit ... Wirkung, die dein Beitrag für die Welt hat.***

Der "Beitrag den du leistest" ist das, was du in die Welt trägst. Mit Leichtigkeit, intuitiv und in unterschiedlichsten Formen. Meistens ganz unbewusst dafür aber schon dein Leben lang.

“Die Wirkung”, die du mit deinem Beitrag erzielst bzw. “Die Wirkung, die dein Beitrag für die Welt hat” und die sich regelmäßig wiederholt und dir und deiner Umgebung wichtig ist. Auch diese Wirkung ist dir höchstwahrscheinlich nicht bewusst.

Beitrag und Wirkung beschränken sich dabei nicht auf die Familie, den Freundeskreis oder dein Business. Es ist größer. Es ist allgemeiner. Es ist ambitionierter. Es ist dein Beitrag und deine Wirkung auf deine Welt.

Die Wirkung deines Beitrags macht deine Welt ein bisschen idealer. Sie ist also immer positiv.

Und jetzt zu den Geschichten:

Suche bitte die Geschichten heraus, die die größte Emotionen in dir auslösen.

## 1. Methode: Menschen

Welcher besondere Mensch beeinflusste deine Persönlichkeitsentwicklung? Ein Familienmitglied, ein Lehrer, ein Trainer, ein Chef, ein Nachbar ... Wodurch hat er dich so beeinflusst?

Wann hat dieser Mensch dich beeinflusst. Erzähle von einem **speziellen** Ereignis.

Wiederhole diesen Vorgang mit so vielen Menschen wie du möchtest.

## 2. Methode: Höhen und Tiefen

Halbiere ein Blatt (querformat) mit einem Strich. Dieser Strich ist eine Zeitachse. Ganz Links ist deine Geburt und ganz Rechts der heutige Tag.

Markiere oberhalb der Zeitachse deine glücklichen Erinnerungen - jeweils nur ein Stichwort. Je höher über der Zeitachse die Markierung ist, desto glücklicher ist die Erinnerung.

Unterhalb der Zeitachse markierst du dir deine unglücklichen Erinnerungen. Je niedriger unter der Zeitachse die Markierung ist, desto unglücklicher hat dich das Erlebnis gemacht.

(Mach dir nur einen Stichpunkt als Erinnerung. Und erzähle die Geschichte in unserem Treffen)

### 3. Methode: Allgemeine Fragen als Erinnerungshilfe

Erinnere dich an einen Arbeitstag nach dem du gedacht hast: das heute hätte ich umsonst gemacht.

Welchen Arbeitstag möchtest du nicht noch einmal erleben?

Welche ist deine früheste und glücklichste Kindheitserinnerung?

Was ist ein positives Erlebnis aus der Schulzeit? Was ist ein negatives Erlebnis aus der Schulzeit?

Hast du ein Schlüsselerlebnis, nachdem du wusstest, dass nichts mehr so sein wird wie zuvor? Was änderte sich in deinem Blick auf die Welt und deiner Rolle in ihr?

Wann hast du dich aufgeopfert, um einem Anderen zu helfen und hast dich danach unglaublich gut gefühlt?

Worauf bist du wirklich stolz? Wer war noch beteiligt? Wer hat dir geholfen, dich angetrieben, wer oder was hat dich im Ziel erwartet?

Hier ist es auch möglich, dass du auf jemanden stolz bist oder warst.

Noch einmal als kleine Erinnerung: es geht um die Geschichten, die dich am intensivsten bewegt haben. Es geht nicht um deinen Lebenslauf. Schreib keine Sätze auf, wenn du dich vorbereitest. In unserem Gespräch solltest du möglichst frei erzählen.

Mach dir keine Sorgen, wenn du das Gefühl hast zu wenige Geschichten oder zu oberflächliche Geschichten identifiziert zu haben. Es ist meine Aufgabe alle Puzzlestückchen zusammen zu tragen.

Wir treffen uns immer per Zoom. Der Link wird dir automatisch über Calendly generiert. Ungefähr eine Stunde vor unserem Treffen werde ich dir noch eine kleine Erinnerung.

Bitte überlege vor unserem Treffen, ob du eine Aufzeichnung von unserem Gespräch haben möchtest oder nicht.

Viele Grüße  
Christina