

---

## Lebensziele: Wie wir sie finden und auch erreichen

Veröffentlicht am: 27.12.2018, 13:50

Pressemitteilung von: [Gruenderplan24.de](http://Gruenderplan24.de) // Sylke Zegenhagen

Jeder Mensch hat Wünsche und Träume, doch nicht immer gehen diese auch in Erfüllung. Wie man seine ganz persönlichen Lebensziele findet und sie erreicht, erklärt Lehrtrainer und Coach Wolfgang Brylla in diesem Beitrag.

Wer bin ich und wo will ich hin? Irgendwann kommen wir um diese Fragen einfach nicht mehr herum. Manche wissen schon im Kindesalter, dass sie einmal Arzt, Krankenschwester oder Musiker werden wollen. Andere grübeln ein Leben lang darüber nach, was wohl ihre Bestimmung sein könnte. Und es gibt Menschen, die stolpern scheinbar plan- und ziellos durchs Leben - oder sie leben die Mission anderer.

Wir alle haben Wünsche und Träume: Wir wollen erfolgreich sein, beliebt und angesehen. Wir möchten unseren Traumpartner finden, Kinder bekommen, ein Haus bauen. Wir nehmen uns vor, abzunehmen, mehr Sport zu machen oder gesünder zu leben. Vielleicht würden wir auch gerne eine Fremdsprache lernen, eine Weltreise machen oder uns endlich den Traum von der Selbstständigkeit erfüllen. Doch es ist wie verhext, immer kommt etwas dazwischen.

Ein Wunsch ist noch lange kein Ziel

"87% der Menschen erreichen ihre beruflichen und privaten Ziele nicht. Die Gründe: Mentale Selbstsabotage und keine Zielplanung", sagt Wolfgang Brylla, Lehrtrainer und Coach für Persönlichkeitsentwicklung. Fragt man Menschen nach ihren Lebenszielen, blicken die meisten ratlos drein. Viele leben einfach so vor sich hin, ohne ein konkretes Lebensziel zu verfolgen.

"Sobald der Geist auf ein Ziel gerichtet ist, kommt ihm vieles entgegen." Dieses Zitat stammt vom Schriftsteller Johann Wolfgang von Goethe und tatsächlich sind Menschen, die ihren Focus auf ein konkretes Ziel richten, oft auch erfolgreich damit. Vorausgesetzt, die Ziele sind realistisch und es sind auch eigene Ziele. Nur von einem Lottogewinn zu träumen, wird sicher nicht reich machen. Auch ist fraglich, ob jemand die Erfüllung in der Medizin findet, nur weil der Vater schon Arzt war.

So findet man sein Lebensziel

Zunächst sollten wir uns klar darüber werden, wo wir im Moment stehen. Womit sind wir unzufrieden und warum? Fühlen wir uns einsam und sehnen wir uns nur deshalb nach einem Partner? Sind wir mit unserem Job unzufrieden und wünschen uns deswegen eine Veränderung? Ist der Alltag so eintönig, dass es uns in die Ferne zieht? Möchten wir, mit dem was wir tun, jemanden glücklich machen oder Ärger vermeiden?

Dann heißt es, alles aussortieren, was unrealistisch, unerreichbar, nicht aus eigener Kraft erreichbar ist oder was reine Wunschträume sind. Übrig bleiben die Wünsche, die wir zu wirklichen Lebenszielen formen können. Konkretisieren Sie nun diese Ziele. Was wollen Sie WANN, WO, mit WEM genau, WIE und WOZU erreichen? Nehmen Sie sich Zeit, Ihre Ziele zu formulieren. Je genauer desto besser.

Planen Sie auch die Ressourcen, die Sie benötigen. Brauchen Sie zur Erreichung Ihres Lebenszieles

---

Geld, mehr Zeit, zusätzliche Fähigkeiten oder Fachwissen? Haben Sie dann Ihre Planungen abgeschlossen, beginnen Sie sofort mit deren Umsetzung. Nicht morgen, nicht nächste Woche, nicht in fünf Jahren. Eine Veränderung stellt sich nur dann ein, wenn Sie der Entscheidung auch Taten folgen lassen.

Betreiben Sie Selbstsabotage?

Oft kommt es vor, dass wir hartnäckig ein Ziel verfolgen, das eigentlich im Widerspruch zu unseren Wertevorstellungen steht.

"Als Nichtraucher lebe ich gesund und sehe gut aus. Andererseits sind Nichtraucher immer so perfekt und meistens langweilig. Ich will kein langweiliger Mensch werden."

Den meisten Menschen ist gar nicht bewusst, welche Glaubenssätze in ihnen ablaufen. Dabei sind die Auswirkungen offensichtlich und zeigen sich auf vielfältige Weise. So kommt der eine im Job einfach nicht voran, ein anderer findet nie den richtigen Lebenspartner, ein Dritter zieht Unglück magisch an. Falsche Glaubenssätze bremsen den Erfolg, schaden Beziehungen und der Gesundheit und sie hindern uns an der Verwirklichung unserer Lebensziele. Doch die gute Nachricht ist: Glaubenssätze kann man ändern.

Prüfen Sie Ihr Ziel auf eventuelle negative Veränderungen. Welche Auswirkungen hat das Erreichen des Zieles für Sie oder die Menschen in Ihrem Umfeld? Für den Fall eines inneren Konflikts zwischen dem, was Sie wollen und dem, was Sie dafür scheinbar "aufgeben" müssen, sprechen Sie mit einem Coach und lassen Sie sich bei der Zielsetzung unterstützen. Das spart sowohl Zeit als auch Ressourcen und es wirkt.

Mit einem Online-Coaching Ziele schneller erreichen

In seinem Online Lebensziele-Coaching bietet Wolfgang Brylla wertvolle Hilfe, um sicher zu sich selbst und den eigenen Zielen finden zu können. Der Vorteil: "Das Online-Coaching eröffnet nicht nur die Möglichkeit, an jedem beliebigen Ort und zeitunabhängig zu arbeiten, man kann auch selbst bestimmen, in welchem Tempo das geschieht", erklärt Wolfgang Brylla. "Aufgrund der zeitlichen Flexibilität ist es viel besser möglich, auf aktuelle Fragestellungen einzugehen. So haben die Klienten die Möglichkeit, jederzeit Fragen zu stellen und Probleme zu erörtern. Eine solch intensive und über einen längeren Zeitraum andauernde Betreuung wäre bei traditionellen Coachingangeboten (direkte Betreuung) kaum denkbar."

Mehr Informationen auf der Webseite: <http://www.coachkonzept.de>

Kontakt:

Wolfgang Brylla

Kreuzerdriesch 36

52076 Aachen

Telefon: 0241-95497690

E-Mail: [w.brylla@wbseminare-nlp.de](mailto:w.brylla@wbseminare-nlp.de)

Internet: <https://www.coachkonzept.de>

Unternehmensportrait:

Wolfgang Brylla ist Lehrtrainer und Coach und seit über 20 Jahren in diesem Bereich tätig. Er ist zudem

erfolgreicher Buchautor, u.a. von "Beruflicher Erfolg und erfülltes Leben mit dem B.E.L.L.A.-Prinzip".  
Im Deutschen Verband für NLP e.V. engagiert er sich als Mitglied der Fachgruppe Lehrtrainer für eine gleichbleibend hohe Qualität in den Weiterbildungen des DVNLP. Fachlicher Austausch, Kooperationen und Zugehörigkeiten zu unterschiedlichen Verbänden, wie der European Coaching Association (ECA) und dem Forum Werteorientierung in der Weiterbildung und dem Deutschen Verband für NLP (DVNLP) e.V., sichern die Qualität und Professionalität seiner Arbeit.

Bild: pixel2013 / pixabay.com

---

## Pressekontakt

Frau Sylke Zegenhagen  
Redaktion

**Gruenderplan24.de**  
c/o Gruenderplan24  
97078 Würzburg, Deutschland

Telefon: 09319911040  
E-Mail: [info@gruenderplan24.de](mailto:info@gruenderplan24.de)  
Website: [www.gruenderplan24.de](http://www.gruenderplan24.de)

### Firmenportrait

Teile dein Wissen! Expertenwissen auf den Punkt gebracht... ist das Motto von Gruenderplan24. Unser Wissensportal ist im Internet und bei über 50.000 Social Media Kontakten beliebt und bekannt. Wir stehen für eine hochwertige, prägnante und optisch stimmige Aufbereitung von Tipps & Themen für Selbstständige und Unternehmer. Davon profitieren Experten und Leser gleichermaßen. So erreicht das Fachwissen eine interessierte Zielgruppe. Leser schätzen die kostenfreien Tipps, die sie beruflich und in ihrem Alltag unterstützen können.

### Wichtiger Hinweis:

Für diese Pressemitteilung sowie das Bild- und Tonmaterial ist allein der jeweils angegebene Herausgeber verantwortlich. In der Regel ist dieser der Urheber der Presstexte sowie der angehängten Bild und Informationsmaterialien. Das TRENDKRAFT-Pressportal ist für den Inhalt dieser Pressemitteilung nicht verantwortlich und übernimmt keine Haftung für die Korrektheit oder Vollständigkeit der dargestellten Meldung. Die Nutzung von hier archivierten Informationen zur Eigeninformation und redaktionellen Weiterverarbeitung ist in der Regel kostenfrei. Vor der Weiterverwendung sollten Sie allerdings urheberrechtliche Fragen mit dem angegebenen Herausgeber klären. Eine systematische Speicherung dieser Daten sowie die Verwendung auch von Teilen dieses Datenbankwerks sind nur mit schriftlicher Einwilligung durch das TRENDKRAFT-Pressportal gestattet.

Des Weiteren beachten Sie bitte unseren Haftungsausschluss unter: <https://trendkraft.de/haftungsausschluss>