



Das Zielfoto im Kopf

Er ist der beste, der schnellste Rennfahrer der Welt. In der vergangenen Saison wurde er zum sechsten Mal Formel 1-Weltmeister. Das hat keiner vor ihm geschafft. Und dennoch hat Schumi in der Saisonpause alles daran gesetzt, sein Auto weiter zu verbessern. Hat am Auto gefeilt und hart trainiert.

Woher nimmt er nur diese Motivation? Einer, der doch schon alles erreicht hat, was es im Motorsport zu erreichen gibt? Einer, der soviel Geld verdient hat, dass er es im Leben nicht mehr ausgeben kann? Warum geht er überhaupt noch Risiken ein?

Die Antwort ist einfach: Schumi liebt, was er tut. Und er konzentriert sich auf den Punkt genau. Die Formel 1 ist seine Berufung, der WM-Sieg sein Ziel. Was er auch tut, welches Rennen er auch fährt, er hat das Zielfoto schon im Kopf.

Klar, sagen Sie jetzt, Schumi ist ein ganz besonderes Talent. Mag sein. Doch er wäre nicht das, was er heute ist, hätte er nicht bewusst auf sein Talent gesetzt, es mit Wissen und Können bereichert und vor allem: hätte er sich nicht Ziele gesteckt und sie mit aller Konsequenz verfolgt.

Das Unterbewusstsein denkt in Bildern

Was können wir von erfolgreichen Menschen lernen?

Vor allem eines: Erfolgreiche Menschen tun das gerne, worin sie erfolgreich sind. Das bedeutet auch, genau das zu tun, was man am Besten kann - auf seine Stärken zu bauen. Doch wer wirklich erfolgreich sein will, der muss auch sein Unterbewusstsein auf Erfolg programmieren. Erfolgreiche Menschen haben ihr Ziel ganz klar vor Augen. Da unser Unterbewusstsein nur in Bildern denkt und unser Gehirn nachweislich nicht zwischen einer tatsächlich gemachten Erfahrung und einer sich intensiv vorgestellten Situation unterscheiden kann, können wir das Visualisieren als entscheidenden Erfolgsfaktor nutzen.

Haben Sie schon Ihr Zielfoto im Kopf?

Wo stehen Sie in einem Jahr?



Wo stehen Sie in 5 Jahren?

Wie sieht dann Ihre »ideale« Woche aus?

Wie sieht Ihr »ideales« Jahr in fünf oder zehn Jahren aus?

So, nun müssen Sie den Stein ins Rollen bringen.
Wagen Sie jetzt den ersten, ernsthaften Schritt in Richtung Ihrer Vision, Ihrer Ziele.