



Bühler Sinneswandel: Große Ziele sind besser als gute Vorsätze

Ravensburger Coach unterstützt Entscheider und Privatpersonen bei Veränderungsprozessen

Ravensburg, 13. Dezember 2010.

Das neue Jahr steht vor der Tür und viele Menschen planen schon jetzt die nahe Zukunft. Wie war 2010 und was möchte ich in 2011 verbessern oder verändern? Gute Vorsätze haben Saison und sind gerade in diesen Tagen Anlass und Inhalt vieler Gespräche. Oft ist dann die Enttäuschung groß, wenn kleine und größere

Verhaltensänderungen nicht umgesetzt worden sind oder Ziele nicht erreicht werden konnten. Stefan Bühler ist Coach und Persönlichkeitsentwickler und weiß, worauf es wirklich ankommt. Sein Credo: Echte Ziele sind besser als gute Vorsätze.

„Es kommt auf die Qualität und Attraktivität der Ziele an“, erklärt der Ravensburger Business- und Privatcoach Stefan Bühler. „Nur Ziele, die tief im inneren, also auf der Ebene der eigenen Werte und Identität des Menschen attraktiv erscheinen, werden auch nachhaltig angegangen“, sagt er. Bühler ist erfahren in der Begleitung von Menschen, die sich oder etwas an sich verändern möchten, die ein Verhalten stört oder einfach nur eine Entscheidung suchen. Sein Methodenkoffer ist vielfältig und reicht von Hypnose über NLP bis zu systemischen und energetischen Ansätzen der Psychologie.

Es komme darauf an, die Ziele nicht nur rational zu beschreiben, sondern sie mit Kopf und Bauch aktiv zu erleben. „Wer schon vorher spürt wie es ist, das Ziel erreicht zu haben, der wird auch die ersten Schritte in die richtige Richtung gehen“, meint Bühler. Oft benötige das aber Unterstützung, den Blick von außen, von jemanden, der nicht selbst von den Veränderungen betroffen ist. „Freunde, Kollegen oder die eigene Familie meinen es in aller Regel gut. Sie sind aber immer auch Teil des zu veränderten Systems und verfolgen bewusst oder unbewusst eigene Interessen“, weiß Bühler aus eigener Erfahrung. Deshalb, so der Veränderungsexperte, sei objektive und neutrale Begleitung der inneren Prozesse so wichtig.

Ihn wundere nicht, dass die meisten guten Vorsätze den Januar nicht überstünden. Ein echter Sinneswandel benötige einfach mehr: einen klaren Willen zur Veränderung, aktives Erleben des Zielzustandes und vor allem einen fairen Begleiter auf dem Weg dorthin. Wenn diese Voraussetzungen gegeben seien, so Bühler, stünde dem Neuen nichts mehr entgegen. Selbsterkenntnis, Selbstreflexion und empathisches und individuelles Veränderungsmanagement seien dann der Weg zum Ziel, das in greifbare Nähe rücke.

Wer mehr über Stefan Bühler und sein Unternehmen Bühler Sinneswandel erfahren möchte, bekommt weitere Informationen unter www.buehler-sinneswandel.de. Dort können sich Interessenten auch zu offenen Workshops und Trainings anmelden, die weitere wertvolle Tipps und Anstöße geben können.

Hintergrund:

Stefan Bühler ist Experte für Veränderungsprozesse und begleitet Unternehmer, Führungskräfte und Privatpersonen ganzheitlich in allen persönlichen Fragestellungen, bei schwierigen Entscheidungen oder in Konfliktsituationen. Er verbindet psychologische Kenntnisse, spirituelle Erfahrungen und praktisches Business-Wissen zu einem einmaligen Erfahrungsschatz. Er verfügt über ein breites Spektrum verschiedener psychologischer Methoden, um seine Klienten optimal bei Veränderungen oder in schwierigen Situationen zu unterstützen. So nutzt er unter anderem die Erkenntnisse des NLP, der Hypnose, der energetischen Psychologie und des systemischen Coachings. Neben seinen fundierten Kenntnissen als ausgebildeter Coach und erfahrener Trainer und Berater verfügt er auch über langjähriges Wissen aus Wirtschaft und Unternehmen. Er ist Betriebswirt, Qualitäts- und Projektmanager und seit mehr als 15 Jahren in leitenden Funktionen in der Gesundheitswirtschaft. Seine Erlebnispvorträge, Workshops, Seminare und Coachings sind faszinierende Erlebnisse und führen zu neuen Erkenntnissen, positiven Veränderungen und einer neuen Wahrnehmung des eigenen Seins – eben zu einem echten SinnesWandel.

Weitere Informationen unter www.buehler-sinneswandel.de.