

PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG IST WIE (D)EIN GARTEN.



Ich werde in meinen Coachings immer mal wieder gefragt, wie SCHNELL das mit der PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG geht und wann man denn nun endlich mal damit FERTIG ist.

Ich kann diese Fragen durchaus verstehen und auch hier erläutere ich das gerne an einem Beispiel, damit es greifbarer wird.

STELLE DIR VOR, DEINE PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG IST EIN GARTEN.

Es ist Frühling und du möchtest endlich einen schönen Garten haben (bzw. ein schönes Leben!). Du hast auch schon eine genaue Vorstellung wie der Garten (oder das Leben) aussehen soll und legst sofort mit großem Gerät los, am besten mit so einem richtig großen Spaten und dann beginnst du den Garten umzugraben.

Während du dich nun wie verrückt durch den Garten gräbst, an jeder Stelle ein tiefes Loch aushebst um mal nachzuschauen, was denn nun genau unter der Erde liegt (oder hinter dem jeweiligen Thema der Persönlichkeitsentwicklung) spürst du, wie anstrengend das Ganze ist und irgendwann lässt du erschöpft den Spaten fallen und sagst dir „Das nützt ja alles gar nichts!“. Du schaust auf den Garten, der nun nur noch aus Erdlöchern und Erdhaufen besteht und hast das Gefühl dein Garten ist eine einzige Dauerbaustelle und gibst frustriert auf!

GARTENBAU IST EINFACH NICHT DEIN DING!

PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG IST EBEN NICHT FÜR JEDEN ETWAS!

WAS KÖNNTE MAN DA ANDERS MACHEN?

Arbeite immer schön ein Thema nach dem anderen ab. Konzentriere dich auf ein Thema, mache danach eine Pause um dann mit voller Kraft dich dem nächsten Thema zu widmen.

Um im Bild mit dem Garten zu bleiben: Hebe eine Stelle Erde aus, schaue dir in Ruhe deine Erde an, nimm sie in die Hand, suche nach Regenwürmern, sortiere Steine und Gerümpel aus, entferne verschrumpelte Wurzeln, wenn du sie nicht mehr benötigst und DANN gib die sortierte Erde zurück ins Loch, pflanze einen Samen ein und gieße diesen eine Weile lang....Wenn dort der Samen zu sprießen beginnt, kannst du das nächste Loch ausheben und dich diesem widmen.

Dann kannst du dich auch – wenn du das möchtest – Stück für Stück (oder auch mal ganz mutig!) an die größeren Themen heranwagen und größere Beete anlegen und diese gestalten und deine Fähigkeiten im Gartenbau immer mehr ausbauen.

Und wenn du das kontinuierlich über einen längeren Zeitraum tust, auch immer mal Pausen einlegst, den Gartennachbarn nach seinen Erfahrungen fragst und diese vielleicht mit in deine Gartengestaltung einfließen lässt, stetig dranbleibst und dich auch manchmal einfach ausprobierst und überraschen lässt, was da so wächst, DANN wirst du nach einer gewissen Zeit einen WUNDERSCHÖNEN BLÜHENDEN GARTEN haben, der summende Hummeln, bunte Schmetterlinge und zwitschernde Vögel anzieht und du kannst dich auf eine Bank setzen und DEINEN GARTEN einfach nur GENIESSEN (ja, oder eben dein Leben!) Und ja, es könnte sein, dass dein Garten nicht ganz so aussieht, wie du ihn dir mal vorgestellt oder gar geplant hattest, aber er wird vermutlich viel BUNTER, LAUTER, DUFTENDER sein, als alles was du bisher kanntest!

Ach so, und nein so richtig FERTIG ist ein Garten nie. Man muss immer mal wieder etwas umgraben, neu bepflanzen und gießen und manchmal muss man auch eine Ecke komplett neugestalten. Aber, es wird nie mehr so anstrengend wie am Anfang werden, weil der Garten ja schon richtig schön ist. Man legt zwischendurch immer mal in der Hängematte eine Pause ein und wechselt zwischen Arbeiten im Garten und den Garten einfach nur genießen hin und her.

ZUSAMMENFASSUNG: Was heißt das nun für die Persönlichkeitsentwicklung?

NICHT OPTIMAL:

- Viele Themen auf einmal bearbeiten wollen, mal hier und da etwas machen, aber alles nur an der „Oberfläche“ anschauen (weil man für die Tiefe dann entweder nicht mehr genug Geld oder nicht genug Zeit hat).
- Wild loslegen und alle Themen auf einmal ausgraben wollen, aber nichts richtig abschließen (können).
- Dann hat man das Gefühl das ganze Leben ist eine einzige Dauerbaustelle und nichts wird fertig und das Leben wird nicht besser. So soll es ja nicht sein!

BESSER:

- Auf ein Thema konzentrieren (z.B. Partnerschaft oder Job) und dieses in der Tiefe bearbeiten. Erst dann mit dem nächsten Thema beginnen.
- Stetig dranbleiben und kontinuierlich immer mal in der Persönlichkeitsentwicklung etwas machen (sonst beginnt im Garten wieder das Unkraut zu wuchern!)



Wenn du Hilfe benötigst bei deiner Gartengestaltung, bin ich gerne mit meinen umfangreichen „Gartengeräten“ für dich da und helfe dir Schritt für Schritt deinen GANZ EIGENEN GARTEN ZU ENTDECKEN.

Alles Liebe für Dich,

Susanne