

# Die Wunderfrage

## Kennen Sie schon die Wunderfrage?

Für eines meiner Seminare beschäftige ich mich gerade mit dem Thema **Wünsche und Ziele** und wie man am besten die entsprechenden Maßnahmen plant, die zur Erreichung der Ziele führen sollen.

Obwohl sie ganz viele Ziele und Wünsche haben, tun sich Menschen oft schwer, ihre Ziele auch wirklich in Worte zu fassen.

Vielmehr beschreiben sie, was sie NICHT (mehr) wollen. Das ist allerdings der falsche Ansatz. Denn damit wir uns tatsächlich auf unsere Ziele zubewegen, müssen wir das beschreiben, was wir STATTDESSEN wollen. Also: was möchte ich STATT der aktuellen Situation? Wie soll das Ziel positiv formuliert aussehen?

Um meinen Seminarteilnehmern auf die Sprünge zu helfen, verwende ich deshalb die folgende Coachingfrage, die ich Ihnen gerne mit auf den Weg geben möchte.

Stellen Sie sich vor:

*Wenn über Nacht eine gute Fee käme, um Ihren Wunsch zu erfüllen, woran würden Sie am nächsten Tag merken, dass es tatsächlich passiert ist? Was wäre anders?*

Dieses „anders“ ist genau der Zustand, der in Ihrer Zielformulierung beschrieben sein sollte.

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg mit dieser Methode!

Falls Sie Fragen dazu haben, kontaktieren Sie mich einfach. Ich freue mich über Ihren Anruf oder Ihre Email.

Ihre

*Christina Samereier*

Bildnachweis: [www.fotolia.com](http://www.fotolia.com)

