

Die Schattenseite und die Frage: wer will ich nicht sein?



Jede Entscheidung, auch die für eine strahlende, positive Vision, hat eine Schattenseite. Die Seite, mit den weniger angenehmen, bis unangenehmen Konsequenzen einer Entscheidung. In der Visionssuche liegt unser Fokus die meiste Zeit über auf den positiven, angenehmen und motivierenden Aspekten. Immer wieder prüfen wir die Frage: wer will ich sein?

Hier und jetzt machst du ganz bewusst das Gegenteil davon. Denn kennst du die Schattenseiten deiner Entscheidungen, dann verliert der Schatten nicht nur an Macht, er kann sogar hilfreich sein. Näheres dazu findest du in Kapitel 3.2 des Buches.

Wer will ich nicht sein?

Welche Eigenschaften von mir möchte ich auf keinen Fall verändern?

Welche Eigenschaften möchte ich auf keinen Fall (wieder) entwickeln?

Welche konkreten Bereiche/Dinge/Beziehungen sind mir so kostbar, dass ich sie auf keinen Fall gefährden will?

Was sind die Schattenseiten meiner Vision?

Welche Schattenseiten bringt deine Vision ganz sicher (so wie in 100% sicher) für dich mit?

Welche Schattenseiten bringt deine Vision möglicherweise mit sich?

Kannst du etwas tun, um sichere oder möglich Schattenseiten positiv zu nutzen? Falls ja, was kannst du bei welcher Schattenseite tun?

Welche Schattenseiten bleiben übrig und wie schwerwiegend sind sie?

Akzeptable Schattenseiten?

Betrifft eine, oder betreffen sogar mehrere der gefundenen Schattenseiten einen Punkt auf deiner „Wer will ich nicht sein?“-Liste? Falls ja, welche?

Falls du hier nichts stehen hast: Super! Deine Vision scheint in keinem Konflikt mit Bedenken zu stehen, die wirklich zentral für dich sind.

Falls hier etwas stehen sollte: Super! Du hast einen oder mehrere wichtige Hinweise gefunden, aufgrund derer du einen kritischen Blick auf deine Vision werfen solltest. Ist die Vision wirklich richtig formuliert? Kannst du sie so abwandeln, dass keine Konsequenzen entstehen, die du nicht akzeptieren möchtest? Oder ist es vielleicht besser diese spezielle Vision erst einmal an die Seite zu legen und erst nach einiger Zeit erneut zu gucken, ob sie dann besser passt?