



Iris Alheidt-Pehrish - Willkommen im Leben

Beyond Coaching

Wochen-Impuls:

Wöchentlich wechselnde Themen und Informationen zu mir und meiner Arbeit für Dich – als PDF zum Herunterladen oder schlichtweg zum dran erfreuen.



Iris Alheidt-Pehrish

Empfehlung der Woche:

Hast auch Du Probleme damit, Dir realistische Ziele zu setzen? Oder weißt Du noch gar nicht, was Du vom Leben willst? Genau das – Ziele setzen, Ziele erreichen und vorab herausfinden, was man wirklich will – ist Teil von **DER KURS**. Melde Dich gerne bei Interesse. Ich beantworte Dir Deine Fragen vorab, unverbindlich und kostenfrei.

DER KURS "growth"
 Kursstart: 21.06.2025
 Kurslaufzeit: 3 Monate
 Kursort: Online via Zoom
 Kursgröße: max. 7 Personen

Impressum

Herausgeber: Iris Alheidt-Pehrish
 Redaktion: Rebecca Gehrke
 Layout: Rebecca Gehrke
 Stand: 13. Januar 2025

Es wird keine Haftung für Inhalte von Dritten übernommen. Diese werden ausschließlich auf Wunsch veröffentlicht. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte folgender Website:

<https://www.iris-alheidtpehrish.com>

Entspricht mein Ziel der Realität?

Eine wichtige Frage, bei der viele Klient*innen an ihre Grenze stoßen.

In den kommenden Wochen möchte ich mich der Frage widmen: „Was passiert, wenn wir uns von Träumen zur Zielsetzung leiten lassen und am Ende feststellen, dass unser Ziel der Realität gar nicht gerecht wird?“

Ein möglicher Grund dafür ist, dass viele unserer Wünsche und Träume tief in unserer Kindheit verwurzelt sind. In dieser prägenden Lebensphase entwickeln wir unser Grundverständnis von der Welt, unsere Werte und oft auch erste Vorstellungen davon, wie unser Leben einmal aussehen könnte.

Bevor ich Dir in den kommenden Wochen-Impulsen Tipps gebe, wie Du es schaffst, Deine Zielsetzung zu hinterfragen und mit der Realität in Einklang zu bringen, anstatt einem Ziel hinterherzujagen, das auf einer kindlichen Vorstellung basiert und somit unerreichbar ist, möchte ich Dir heute ein paar Beispiele aus meinem Berufsalltag aufführen:

Beispiel 1) Den Kindheitstraum leben

„Mein Ziel ist ein Leben auf dem Land – mit vielen Tieren!“

Diese Klientin steht vor der Herausforderung, zu erkennen, wie viel Arbeit ein Leben auf einem Bauernhof mit vielen Tieren tatsächlich bedeutet. Das innere Kind sieht nur die schönen Momente, aber die Realität bedeutet, dass Tierpflege mit immenssem Zeitaufwand, hohen Kosten und Einschränkungen in der eigenen Flexibilität verbunden ist. Bist Du bereit, das auf Dich zu nehmen?

Beispiel 2) In der Vergangenheit leben

„Mein Ziel ist, nach jahrelanger Entfernung wieder in meine Kindheitsstadt zu ziehen!“

Diese Klientin steht vor der Herausforderung, zu erkennen, dass sich eine Stadt im Laufe der Zeit verändert – ebenso wie man sich selbst verändert. Ein Ort vermittelt nach Jahren oft nicht mehr den Zauber, den man in Kindheitstagen gespürt hat. Ganz im Gegenteil: Das Gefühl, „zu Hause anzukommen“, mag sich vielleicht nie mehr einstellen. Fühlt sich Dein Ziel gut an?