

Workbook



Wissen, wo's lang geht!

Handout zum Videokurs

 SILVIA
ZIOLKOWSKI
Die Zukunftsentwicklerin

XING: www.xing.com/profile/Silvia_Ziolkowski

Twitter: www.twitter.com/SilviZiolkowski

YouTube: www.tinyurl.com/SZ-YouTube

Future Zooming-Handout

© 2015, 2016 Silvia Ziolkowski, ArtVia net.consult GbR

Egerländer Str. 34, 85435 Erding

Erstellt als Arbeitsinstrument für den gleichnamigen Workshop,
sowie als Ergänzung für das Buch „Wissen, wo’s langgeht“,
Profilers Publishing, 1. Auflage 2015
ISBN: 978-3-945112-26-7

Idee und Konzept: Silvia Ziolkowski, www.silvia-ziolkowski.de

Bilder: fotolia.com

Illustrationen: Andrea Ernst, www.andreaernst.de

Das Werk einschließlich seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung der Herausgeberin unzulässig und strafbar. Das gilt auch für Kopien und Einspeicherung oder Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Quelle der Zitate haben wir mit großer Sorgfalt recherchiert. Sollte ein Autor nicht oder falsch genannt sein, freuen wir uns auf eine Nachricht.

Vorwort/Hinführung:

Future Zooming® geht gezielt auf den Einzelnen und seine Visionen/Ziele ein, und hilft, diese auf einfachen/effizienten Weg zu erreichen. Der Ansatz folgt der Überzeugung, dass die kleinste Keimzelle für eine gelungene Zukunft (egal ob im privaten oder beruflichen Sinne), immer wir selbst sind und aus uns heraus alles andere entsteht.

Future Zooming® ist einfach zu erlernen, schnell anzuwenden und äußerst effektiv. Nach einem Future Zooming -Prozess haben Sie nicht nur ein konkretes Bild und einen Plan, wie und wo es weitergehen kann, sondern auch eine sehr hohe Motivation, die Dinge jetzt anzupacken.

Der Vorteil daran ist, dass wir Denkblockaden auflösen, vermeintliche Probleme hinter uns lassen und nicht die Vergangenheit analysieren, sondern die wahrgenommenen Blockaden in Ziele umgewandelt werden.

In Future Zooming® geht es vor allem um eine konsequente Ressourcenorientierung ohne jede Problemanalyse. Die Wurzeln von Future Zooming® liegen im lösungsorientierten Ansatz nach Steve de Shazer und es ist eine Weiterentwicklung des reteaming®-Ansatzes nach Ben Furman und Tapani Ahola.

Die Definition des reteamings von Ben Furman und Tapani Ahola, möchte ich hier gerne wiedergeben:

„reteaming ist eine übergeordnete, vielen Zwecken dienende Methode, die aus 12 Schritten besteht und das Ziel verfolgt, sowohl Einzelnen als auch Gruppen von Menschen zu helfen, etwas zum Besseren zu verändern, indem sie es dem Menschen erleichtert, sich Ziele zu setzen, die Motivation erhöht und die Kooperationsfähigkeit verbessert, die man zum Erreichen dieser Ziele benötigt.“¹⁾

Was habe ich persönlich von einem Future Zooming® -Prozess:

- ▲ Ich habe mein Ziel definiert.
- ▲ Ich habe größere Sicherheit für die nächsten Schritte und weiß, wo ich anpacken muss.
- ▲ Ich erkenne, wo ich mir selbst ein Bein stelle und weiß, was ich stattdessen besser gestalten kann -> was will ich wirklich.
- ▲ Ich weiß welche Handlungspotentiale/-optionen ich im Rahmen meiner Vision habe und kann diese in Worte fassen.
- ▲ Ich setze die Energie für mein Ziel frei.

1) Ben Furman, Tapani Ahola: Es ist nie zu spät, erfolgreich zu sein (Carl-Auer, 2010)
reteaming® ist eine weltweit registrierte und geschützte Marke

Aufbau und Anleitung für die Nutzung des Workbooks:

Sie finden den kompletten Future Zooming®-Prozess mit einer Schritt für Schritt-Anleitung und genügend Raum zum Schreiben.

Future Zooming® besteht aus zwei Teilen:

- **Teil 1: Future** – wo Sie Ihr „big picture“ entwerfen und daraus ein fetziges Projekt machen.
- **Teil 2: Zooming** – hier geht es darum, die Zukunft in die Gegenwart zu „zoomen“ und zu prüfen, was es zu tun gilt, um wirklich vorwärts zu kommen. Es ist auch ein Check, damit Sie prüfen können, ob die ersehnte Vision genügend Musik in Ihnen macht und Sie bereit sind, den Preis zu zahlen, der dafür nötig ist.

Nutzen Sie Future Zooming® auch, wenn Sie vor Entscheidungen stehen. Spielen Sie die vielversprechendste Option mit Future Zooming® durch.

Machen Sie den Quick-Check, indem Sie sich in die Zukunft beamen und sich das Bild mit dieser getroffenen Option ausmalen. Wenn Sie sich dann noch die Zooming-Fragen (Durchhalten) beantworten, haben Sie eine gute Entscheidungsgrundlage geschaffen und wissen ob Sie das, was Sie sich gerade ausgemalt haben, wirklich wollen.

Das wichtigste:

Lassen Sie sich auf die Arbeit mit Ihren Sehnsüchten, Wünschen und Träumen ein und genießen Sie den Weg. Future Zooming® ist ein mächtiges Instrument, dass Ihnen ab sofort als wertvolle Lebensstrategie zur Seite stehen kann.

Da wir nun an die Arbeit gehen:

Im Workbook spreche ich Sie mit „Du“ an. Dies passiert, weil wir durch die Hirnforschung heute wissen, dass ein Du sehr viel näher an uns dran ist, als die distanzierte Sie-Ansprache.

Inhaltsverzeichnis

STARTEN	7
VISION/ZUKUNFTSBILD	8
PLATZ FÜR MEINEN BRIEF	9
WAS STECKT DRIN IM BRIEF FÜR MICH	12
DAS PACKE ICH AN	13
WO STECKT DIE HÖCHSTE MOTIVATION?	14
MEIN PROJEKT	15
DURCHHALTEN	17
DER LOHN (BENEFITS/GEWINN)	18
DEN BLICK LENKEN	19
ABSCHIED NEHMEN/LOSLASSEN	20
UNTERSTÜTZER FINDEN – KEINER GEWINNT ALLEIN	21
SIEGEN	23
LOGBUCH/FORTSCHRITTSTAGEBUCH	25
OPTIMISMUS VERANKERN	26
OPTIMISMUS – DIE KRAFT DES MITEINANDERS	27
MEIN COMMITMENT	29
HINWEISE FÜR DIE NÄCHSTEN SCHRITTE	30
DRANBLEIB-ÜBUNGEN	FEHLER! TEXTMARKE NICHT DEFINIERT.
DRANBLEIB-ÜBUNG - 1	FEHLER! TEXTMARKE NICHT DEFINIERT.
DRANBLEIB-ÜBUNG - 2	FEHLER! TEXTMARKE NICHT DEFINIERT.
DRANBLEIB-ÜBUNG - 3	FEHLER! TEXTMARKE NICHT DEFINIERT.
DRANBLEIB-ÜBUNG - 4	FEHLER! TEXTMARKE NICHT DEFINIERT.
TIPPS UND IMPULSE	31
LINKS	32
NÜTZLICHE LITERATUR	32
IMPULSE	33
ERGÄNZUNGEN ZUM KURS UND ZUM WORKBOOK	35

Future Zooming



Starten

DREAM



Vision/Zukunftsbild

Stell Dir vor, heute ist der und Du bist jetzt Jahre alt.
Alles in Deinem Leben (unternehmerisch, privat) hat sich zum **Allerbesten** (weiter) entwickelt.

Schreibe einen Brief „aus Deiner guten Zukunft“ an einen lieben Freund und berichte, was jetzt ist.

Nur „good news“!
Genieße es.

Hinweise

- Nimm einen Zeitraum von ein bis drei Jahren in der Zukunft
- Nicht zu detailliert schreiben, sonst nimmst Du Dir selbst die Größe
- Es kann alle Lebensbereiche umfassen: beruflich, privat, Freizeit, Freunde, Wünsche, Träume
- Den Realisten draußen lassen (der kommt später wieder zum Zug)
- Geh von einer Zukunft aus, die großartig ist
- Es darf verrückt und absurd sein (wie wär's mit einer Würstchenbude auf dem Mond ;-)
- Zukunft frech und keck formulieren (kein Anflug von Bescheidenheit ☺)
- „Pass auf, was Du denkst/schreibst, es könnte wahr werden!!!“
- Keine negativen Ziele, statt: „Ich habe endlich aufgehört zu rauchen“
besser: „Ich lebe gesund...“

Haltung: positiv, stolz, dankbar

+ 1-4 Seiten sind o.K. /Nimm Dir max. 20 min. Zeit dafür.

So könnte der Brief beginnen:

Liebe Gerti,

nun will ich Dir unbedingt schreiben und Dir erzählen, was bei mir alles Wunderbares in den letzten zwei Jahren passiert ist. Stell Dir vor, mittlerweile bin ich

LASS DEINER FANTASIE FREIEN LAUF – If you can dream it, you can do it (Walt Disney)

Platz für meinen Brief



Was steckt drin im Brief für mich

Was möchte ich lernen, verbessern, aufgeben, um die Wahrscheinlichkeit zu erhöhen, dass meine gute Zukunft wirklich eintritt?

Was ist das Thema, das sich dahinter verbirgt? Warum will ich das?

Hier geht es um deine Motive und Gefühle.

Was will ich lernen?

Was möchte ich verbessern?

Was bin ich bereit aufzugeben?

Was gilt es noch abzuschließen?

Das packe ich an

Welche Ziele unterstützen meine Vision bestmöglich?

Diese 2-3 Ziele sind auf dem Weg zu meiner Vision besonders wichtig für mich:



Hinweis:

Damit es kraftvoll und wirksam ist, ist es wichtig, dass Du beim Schreiben auf folgende Bedingungen achtest:

- Positiv formulieren
- In der Gegenwart (als ob schon erreicht)
- Aktive Beteiligung (Ziele unterliegen Deinem Einfluss)
- Größe - Hat dein Thema die richtige Größe? Zu klein? Gehe höher, bis es ausreichend groß bzw. attraktiv und motivierend ist. Zu groß? Unerreichbar? Nimm eine Etappe!
- Mehr als ein Wort

Wo steckt die höchste Motivation?

Wähle aus, fasse zusammen, kombiniere – so dass das, was Dir am meisten dient und in Dir drin Resonanz (also richtig tolle Gefühle) erzeugt, übrig bleibt. Mach „**Dein Ding**“ daraus!

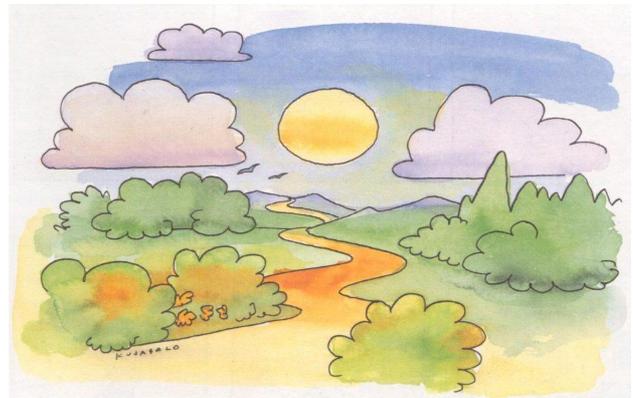
Hilfreiche Fragen:

Kann ich von den gesammelten Zielen etwas kombinieren?

Gibt es ein übergeordnetes Thema, ein übergeordnetes Ziel?

Was hat den größten Hebel, ist am attraktivsten?

Welche Gedanken sollen mich begleiten?



Mein Ziel lautet (muss nicht konkret sein, aber Musik machen ;-)):

„A Goal is a dream with a deadline“ (Napoleon Hill)

Mein Projekt

Verdichte und verankere Dein wichtigstes Ziel auf dem Weg zu Deiner Vision und mache Dein Projekt daraus!

Mein Projekt steht unter dem Motto:

Finde einen fetzigen Namen (mehr als ein Wort)

Mein Ziel lautet (siehe Vorderseite):

Mein Leitsatz - Diese Gedanken sollen mich begleiten (Anregungen findest Du in Deinen Antworten im Kapitel: Was steckt drin im Brief für mich.):

Mein Symbol/Logo, mit dem ich mein Ziel zusätzlich, als visuelle Erinnerung verankere:

Future **Zooming**



Durchhalten

Der Lohn (Benefits/Gewinn)

Welchen Gewinn erwarte ich für mich selbst davon?
(Was bringt´s mir)?



Was haben andere davon, bzw. wie beeinflusst mein Projekt andere positiv?

Welche sonstigen positiven Konsequenzen könnte mein Projekt noch haben?



Den Blick lenken

Welche Gedanken behindern meinen Weg?

Das Ursache-Wirkungsprinzip erkennen und für sich nutzen.

Meine inneren Zweifler negative Glaubenssätze, „Quatschi“-Beiträge, Probleme, etc.	Meine inneren Mutmacher/Inspirationsätze Die Zweiflergedanken umdrehen und ins Positive formulieren
Bsp: Ich kann das nicht.	Bsp: Ich kann alles, was ich will.

Tipp:

Mache jede Woche einen anderen „Mutmacher“ zu Deinem Motto und „erwische“ Dich dabei, wenn er zutrifft 😊

Meine drei wichtigsten Warums?

Formuliere drei Warums, die Dein Projekt unterstützen, z.B. Warum kann ich alles, was ich will?

1. _____
2. _____
3. _____

„Gewonnen und verloren wird zwischen den Ohren“ (unbekannt)

Abschied nehmen/loslassen

Wovon müsste ich mich verabschieden, um mein Ziel/Projekt Wirklichkeit werden zu lassen?

Welcher alte Kram müsste weg?



Was will ich loslassen?

(alte Muster, Glaubenssätze, Menschen, ...)

Was kann ich weglassen?

(manche Gefälligkeiten, Zeitungsabos, Fernsehangebote, ...)

Was tut mir nicht gut?

- Saugt Energie
- Hält mich von Wichtigem ab
- Bremst mich aus oder hält mich klein
- Bewahrt mich davor, mich weiterzuentwickeln

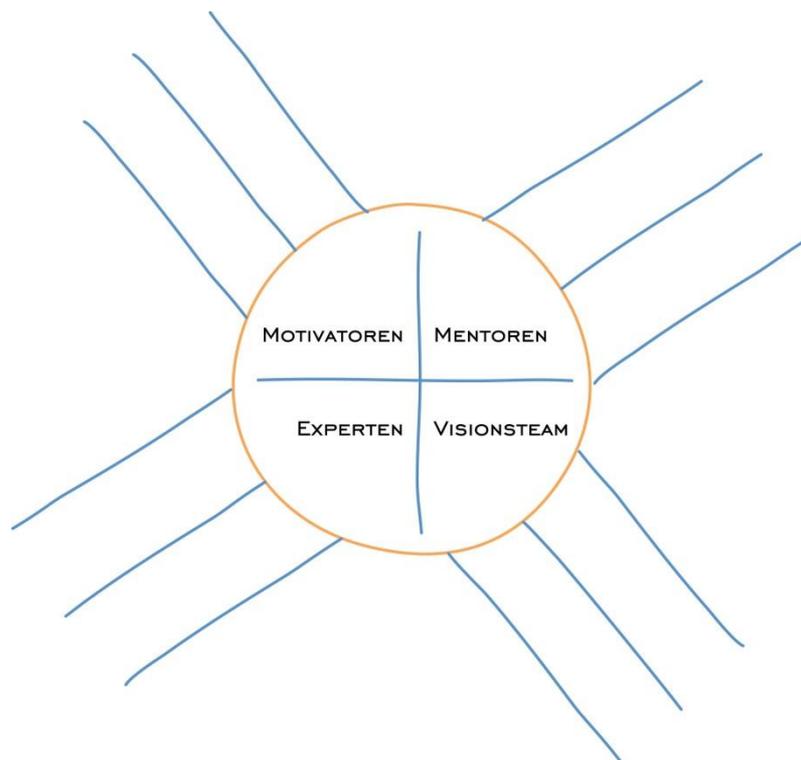
Unterstützer finden – keiner gewinnt allein

Finde Unterstützer für Dein Projekt:

Wen kann ich bitten, mich zu unterstützen?

Wer wäre wertvoll auf meinem Weg?

Welche Netzwerke, Verbände etc. gibt es, die mein Thema unterstreichen?



Motivatoren: Sie gehören zu unserem engsten Umfeld. Sie glauben an uns und ermuntern uns bei Durchhängern. Außerdem sind das die, die Fortschritte oft besser und schneller erkennen als wir selbst.

Die Mentoren: Sie stehen uns mit Rat und Tat zur Seite, stehen uns als Sparringspartner zur Verfügung und haben Know-how auf dem Gebiet, das wir anstreben. Oft sind das „alte Hasen“ mit viel Lebenserfahrung.

Die Experten: Das sind die Menschen, die uns aufgrund ihrer Expertise nützlich sein können. Sie haben schon das ein oder andere ausprobiert, haben die nötigen Kontakte oder sind vielleicht schon da, wo wir hinwollen.

Das Visionsteam: Eine Gruppe Gleichgesinnter, die auf einem ähnlichen Stand sind und sich über mindestens ein Jahr regelmäßig treffen und gegenseitig begleiten. Die helfen vor allem, unser Commitment uns gegenüber einzuhalten, weil sie auch eine Art Controller-Funktion ausüben.

Erfolgreich scheitern/Rückschritte

Was müsste ich tun/unterlassen, um mit meinem Projekt „erfolgreich zu scheitern“?

bzw.

Was könnte mein Projekt erfolgreich sabotieren?



Was könnte der Gewinn aus einem Rückschritt sein?

Welche Botschaften/Informationen sind da für mich drin?



„Auch aus Steinen, die Dir in den Weg gelegt werden,
kann man etwas Schönes bauen.“
(Erich Kästner)

Future **Zooming**



Siegen

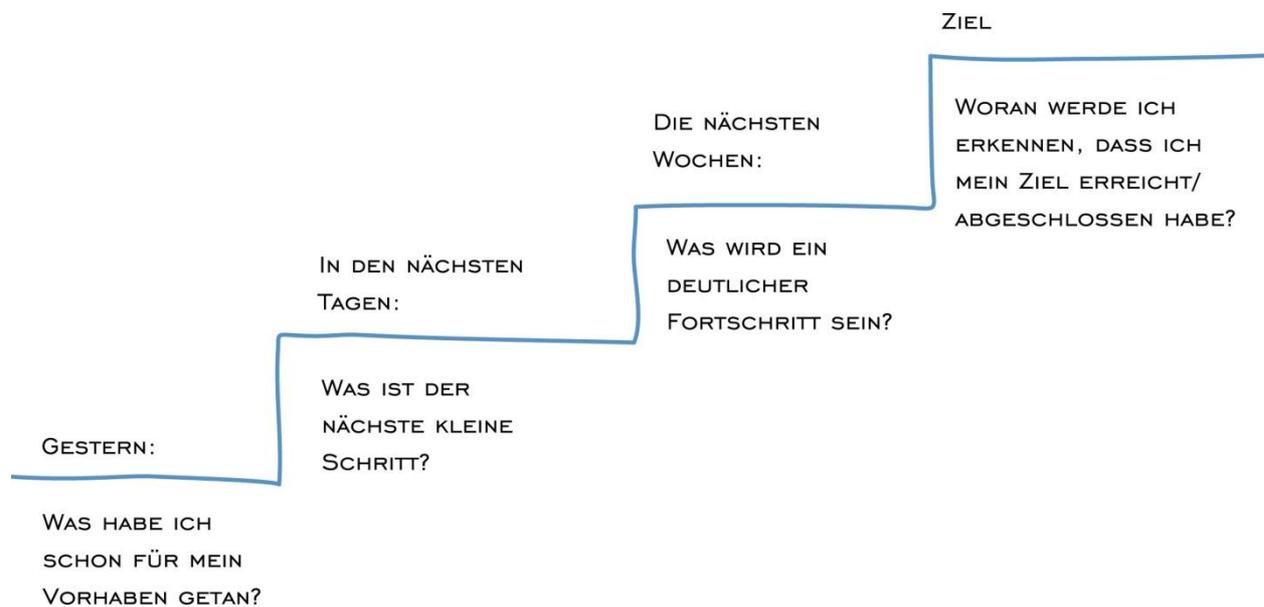
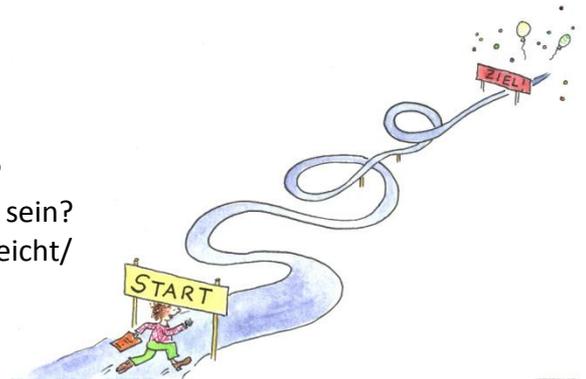
Die nächsten Schritte: Die Zieletreppe

Gestern: Was habe ich schon für mein Projekt getan?

In den nächsten Tagen: Was ist der nächste kleine Schritt?

Die nächsten Wochen: Was wird ein deutlicher Fortschritt sein?

Ziel: Woran werde ich erkennen, dass ich mein Projekt erreicht/ abgeschlossen habe?



Das Geheimnis

des Vorwärtkommens liegt darin, den ersten Schritt zu tun.

Das Geheimnis des ersten Schrittes liegt darin, Deine komplexen, überwältigenden Aufgaben in viele kleine, handhabbare Schritte zu unterteilen und dann mit dem ersten Schritt zu beginnen.
(Unbekannt)



Logbuch/Fortschrittstagebuch

Hier geht es um kleine Veränderungen!

Achte auf die kleinen Schritte. „Baby Steps“ – sind wichtig, um Dein Pflänzchen wachsen zu lassen.

Frage auch Deine Unterstützer, welche Fortschritte sie bemerkt haben.

- Was ist besser geworden?
- Was hat sie vielleicht positiv überrascht/verblüfft?

Schreibe hier gleich Deine ersten Ergebnisse auf:

To Do: Besorge Dir ein „Logbuch“, z.B. das Impulsbuch (Infos dazu am Ende des Workbooks), in das Du gerne schreibst.

Wenn Du eher der Online-Typ bist, dann nutze den Smile Collector®, um Deine Fortschritte zu sammeln: www.smile-collector.com



„Die beste Motivation im Leben sind kleine Erfolgserlebnisse.
Sie machen Mut, verleihen Ausdauer, eröffnen neue Horizonte...“
(Margit Hertlein)

Optimismus verankern

Warum glaube ich, dass ich das schaffe?



Welche Beweise in meinem Leben gibt es bereits, dass ich das schaffe (wo war ich mutig, bin über meinen Schatten gesprungen, habe Herausforderungen gemeistert, ...)?

Optimismus – die Kraft des Miteinanders

Warum glauben andere, dass ich mein Projektziel erreiche?
(Frage mindestens drei Personen in deinem Umfeld dazu, und notiere hier die Ergebnisse.)



Feiern und würdigen

Schreibe hier die Punkte auf, für die Du Dich würdigen/belohnen willst und mit wem Du feiern möchtest. Mache einen Meilensteinplan für Dein Projekt.

Etappenziel/	Damit belohne ich mich	Mit diesen Menschen möchte ich feiern
<i>Etappenziel 1</i>	<i>ich köpfe eine Flasche Champagner</i>	<i>Meinem Partner</i>
...		

Und zum Schluss: Danke Deinen Unterstützern ganz bewusst.

Vielleicht organisierst Du ein Fest oder Ihr verbringt einen tollen gemeinsamen Tag miteinander.

Deine Ideen dazu:

Angesichts der Kürze unseres Lebens ist es mehr als verwunderlich, dass wir uns nicht mehr Zeit zum Leben nehmen. (Ernst Ferstl)



Mein Commitment

Last but not least: Bei allen Zielen und Visionen, die wir haben, ist die **hundertprozentige** Verpflichtung dazu, der alles entscheidende Unterschied, ob mein Ziel gelingt oder doch nur ein Traum bleibt. Sei entschieden!

Vertrag mit mir selbst – mein 100%iges Commitment zu meinem Traum:

Ich,

verpflichte mich, alles daran zu setzen, um meine Vision zu verwirklichen.

Mein Projekt lautet:

.....

Das ist mir so viel wert, dass ich meine Prioritäten so ausrichte, dass ich täglich an den Zielen für mein Projekt arbeite. Dabei ist jeder Schritt, egal ob groß oder klein, wertvoll und zählt.

Ort/Datum: _____

Unterschrift: _____

Wichtig: Diesen Vertrag kopieren und sichtbar für Dich aufhängen!

Das wichtigste bei diesem Punkt ist, zu verstehen, dass er sehr viel mit der eigenen Verlässlichkeit zu tun hat. Kann ich mich auf mich verlassen? Bin ich bereit, die Opfer zu bringen, die mein Ziel von mir erfordert? Das hilft, sich nochmal bewusst zu werden, was es genau bedeutet und außerdem unterstreicht dieser Vertrag, dass Du Dich ernst nimmst. Nichts macht uns Menschen mehr stolz und verleiht uns mehr Selbstvertrauen, als wenn wir uns treu sind und unsere Vorhaben auch umsetzen. Deshalb sind die Babysteps so bedeutend, weil sie machbar sind und uns dadurch bestätigen, dass wir dran bleiben können.

Hinweise für die nächsten Schritte

- Such Dir einen guten Freund (Sparringspartner), mit dem Du Dich regelmäßig austauschen kannst
- Veröffentliche Dein Projekt (Leitsatz, Slogan), evtl. sogar Deinen Brief
- Mach Dein Projekt sichtbar (z.B. durch eine Collage)
- Besorge Dir Dein Symbol als kleinen Talisman
- Sprich darüber im ausgesuchten Kreis
- Schreib Dein Logbuch oder zumindest ein Erfolgs-/Freudetagebuch oder nutze den Smile Collector
- Lies unterstützende Lektüre (siehe Literaturliste)
- ...



Gerne bin auch ich für Dich da – einfach Kontakt aufnehmen:

Fon: 08122.95988-66
Mobil: 0170.7663971
Mail: sz@silvia-ziolkowski.de

Genieße es!
Herzlichst, Silvia

**Mach Dir immer wieder klar, dass Du einzigartig bist.
Es gibt niemanden, der so ist, wie Du, niemanden, der Deinen Platz
einnehmen kann, niemanden, der Dich ersetzen kann. Sage „JA“ zu Dir.**



An dieser Stelle ganz herzlichen Dank an Andrea Ernst, die mit viel Hingabe und Liebe dieses Workbook illustriert hat.

Näheres zur Kunst von Andrea unter: www.andreaernst.de

Tipps und Impulse



Weiterer Input



Links

www.business-netz.com

www.himbeerwerft.de

www.hpz.com

www.let-verlag.de

www.strandschicht.de

www.zeitzuleben.de

www.silvia-ziolkowski.de

www.artvia.de

www.silvia-ziolkowski.de/impulse

www.smile-collector.com

Online-Magazin für berufliche und persönliche Themen

Für alle die besser schreiben lernen wollen

Guter Newsletter, durchaus kritisch aber mit

vielen wertvollen Tipps zum Thema Selbständigkeit, Hypnose und Co

Fröhliche Bücher und gute Seminare zum Thema

Motivation und Lebensglück

Hier gibt es das virtuelle Office zum kleinen Preis

Gute Seite und guter Newsletter zur Selbstreflektion

Alles zum Thema Zukunftsentwicklung von mir

bringen Service und Consultingleistungen ins Internet

Impulsbuch, Postkartensets, Podcasts

Stimmungsmanagement online

Nützliche Literatur

[Bau Dir Deine Zukunft](#)

[Chefsache Kopf – mentale Stärke](#)

[Das Lola-Prinzip \(wie das Leben funktioniert\)](#)

[Das Jahr, als ich anfang Dudelsack zu spielen](#)

[Die 4 Stunden Woche](#)

[Die fünf Geheimnisse, die Sie entdecken sollten...](#)

[Glücklich sein \(positive Psychologie\)](#)

[Heute ist mein bester Tag](#)

[Ich will ja loslassen, doch woran halte ich mich dann fest](#)

[Kreativ auf Knopfdruck](#)

[Deine Sehnsucht wird dich führen](#)

[Liebe Dich selbst und es ist egal wen Du heiratest](#)

[Macht, was ihr liebt!](#)

[Projekt-Voodoo](#)

[Respekt](#)

[So geht's Dir gut](#)

[Spirituelle Impulse zum Glücklichein](#)

[The lazy way to success](#)

[Thinking big](#)

[Und täglich grüßt dein Lebenstraum](#)

[Verhandlungstango](#)

[Wenn morgen mein letzter Tag wär](#)

[Wissen, wo's lang geht](#)

Silvia Ziolkowski

Antje Heimsoeth

Rene Egli

Tanja Köhler

Timothy Ferriss

John Izzo

Sonja Ljubomirski

Arthur Lassen

Ina Rudolph

Nils Bäumer

Sabine Asgodom

Eva-Maria Zurhorst

Förster & Kreuz

Bianca Fuhrmann

René Borbonus

Andrew Matthews

Daniela Jost

Fred Gratzon

Brian Tracy

Emanuel Koch

Claudia Kimich

Ulrike Scheuermann

Silvia Ziolkowski

Impulse

Podcastserie: Visionäre inspirieren

Was treibt Menschen an? Welche Wege sind Sie gegangen? Welche Visionen wollen Sie noch verwirklichen? All das hat mich interessiert.

Hören Sie rein und lassen Sie sich von den spannenden Interviews inspirieren. Sie finden die Interviews auf meinem YouTube-Kanal www.tinyurl.com/SZ-YouTube und unter <http://www.silvia-ziolkowski.de/impulse>

Impulsbuch: Jakobsweg - gehen ans Ende der Welt ISBN 978-3000235610

19,- Euro, Sonderpreis für Teilnehmer meiner Workshops und Käufer des Workbooks: **nur 12 €.**

Das Notiz-/Tagebuch der anderen Art, mit anregenden Zitaten und Bildern zum Jakobsweg.



Es ist ein wertvoller Begleiter, der inspiriert und beim Scheitern immer mal wieder verblüffende Impulse liefert - mit viel Platz für Geschichten, Ereignisse, Einsichten aus Ihrem Leben. Auch Hoffnungen, Träume, Wünsche, Ziele und „Fundstücke“ sind dort gut aufgehoben.



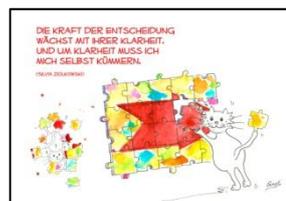
Impulspostkarten: teilweise mit den Zitaten aus dem Handout
10 Postkarten + die Future Zooming-Erfolgsregeln im
Transparentkuvert: 6,90 €

Einzelkarten, je 1,00 €

Impulspostkartenset: Visionen

12 Postkarten + Erfolgsregeln von „Filou“, dem lebenserprobten Kater ☺
im Transparentkuvert 7,90 €:

Hier einige Motive zum Einstimmen:



Mehr unter: www.silvia-ziolkowski.de/impulse

Zitate und (be)merkenwerte Sätze

Auf die Dauer nimmt die Seele die Farben Deiner Gedanken an.	Marc Aurel
Der Blick auf den Mangel, versperrt den Blick aufs Ganze.	Silvia Ziolkowski
Die größten Verräter sind unsere Selbstzweifel.	unbekannt
Die richtige Zeit um Träume anzupacken, ist immer JETZT.	unbekannt
Die Kraft der Entscheidung wächst mit ihrer Klarheit- und um Klarheit muss ich mich selbst kümmern.	Silvia Ziolkowski
Eine Vision muss nicht konkret sein, aber Musik machen.	Silvia Ziolkowski
Gewonnen und verloren wird zwischen den Ohren.	unbekannt
Lache nicht über Jemanden, der einen Rückschritt macht, er könnte Anlauf nehmen.	unbekannt
Leben heißt, immer wieder durch neue Räume zu gehen	unbekannt
Mach's einfach, und dann MACH'S einfach.	Sabine Asgodom
Vergebung hilft dem, der vergibt.	Silvia Ziolkowski
Verlierer kritisieren alles und wissen es immer besser. Gewinner beobachten und lernen immer und überall.	Martin Betschart
Visionäre haben die Gabe, sich und anderen die Sonne aufzuhängen.	Silvia Ziolkowski
Visionen sind die Hormone des Mutes und des Vertrauens.	Jens Corssen
Visionen sind nie vernünftig, sie ermutigen Menschen kühn zu träumen und leidenschaftlich zu leben.	Silvia Ziolkowski
Wenn jeder vor seiner Türe kehrt, ist überall gekehrt.	Rene Egli
Wenn ich ganz nah bei mir bin, kann ich ganz nah beim anderen sein.	Silvia Ziolkowski

Ergänzungen zum Kurs und zum Workbook

Das Buch zum Workbook:

„Wissen, wo´s lang geht“

So wirst Du zum Future Zoomer
für Deine erfolgreiche Zukunft. Preis 8,90 €
ISBN: 978-3-945112-26-7



Zu beziehen über den Buchhandel und gerne signiert bei mir.

Du willst mehr als die einzelnen Schritte durchgehen? Du willst noch besser verstehen, wie Future Zooming® arbeitet und wie es Dir helfen kann, einen großen Schritt in Richtung Zukunft zu gehen? Dann hast Du mit dem Buch die ideale Ergänzung dazu.

Mein Angebot für Dich

Mein großes Ziel des Videokurses war und ist es, dass Du nach dem Kurs Deinen Fokus auf Deine gute Zukunft gerichtet hast und Dich selbst gut beim Vorwärtskommen unterstützen kannst. Kurz: dass Du mit Freude und Mut zum Future Zoomer wirst.

Wenn Du Dir bei der Umsetzung Unterstützung wünschst, dann begleite ich Dich gerne in allen Phasen auf dem Weg zu Deiner Vision, in der Analyse, Planung und vor allem der Umsetzung als Unterstützer, Inspirator, Sparringspartner, Vortragsrednerin oder als Coach.

Persönliches Coaching

Gönne Dir nach jeder Phase (Starten – Durchhalten – Siegen) einen Check mit mir per Skype. Wir schauen gemeinsam auf die gefundenen Punkte und Du erhältst von mir weiteren Input zu Deinem Weg und Deinen Fragen.

3x45 Minuten helfen noch gezielter vorwärts zu kommen.

Es ist, als ob Du Dir einen liebevollen unnachgiebigen Sparringspartner an die Seite stellst, der mit viel Klarheit und Fokus Dein Projekt unterstützt. Der Dich ermuntert, Deine Fragen mit Dir klärt, hinterfragt und zu 100% für Dich da ist.

Sonderpreis: 190 € für alle drei Sessions (zzgl. MwSt).

Du möchtest den Workshop besuchen

Future Zooming® – der Turbo für Deine Wünsche und Ziele

Nach dem Onlinekurs hast Du nun Lust Future Zooming® im Workshop mit anderen zu erleben? Dann schau auf www.future-zooming.de, dort findest Du weitere Infos.

Ich biete immer mal wieder Future Zooming Workshops in unterschiedlichen Ausprägungen an: Als Kompaktkurs an einem Tag, als Genußkurs in den Bergen, in Kombination mit Zeitmanagement oder anderen hilfreichen Ergänzungen.

An Deinem Zukunftstag arbeiten wir daran und Du entwickelst spielerisch einen konkreten Plan und ein fetziges Projekt.

Abseits der Alltagshektik findest Du an diesem Tag die nötige Ruhe, um die Weichen Deines Erfolges, Deiner Karriere oder Deines Lebens neu zu stellen.

Warum sich immer mehr Menschen einen Future Zooming®-Tag gönnen:

In der Ruhe und mit fachkundiger Anleitung eines Coaches und der stärkenden Wirkung der Gemeinschaft kristallisieren sich oft die wirklich wichtigen Dinge im Leben heraus. Wichtiger Aspekt dabei ist die Konzentration und die Möglichkeit, sich ungestört einen Tag nur mit sich selbst zu beschäftigen. Solche Auszeiten sind oft Botschafter im Leben, die Dir mehr Kraft, Selbstvertrauen und Klarheit geben. Ein Future Zooming®-Tag verschafft Dir den richtungsweisenden Überblick über das eigene Leben und dessen Sinn- und Erfolgsperspektiven und vermittelt konkrete Strategien zur Umsetzung.

Mein Angebot für Dich:

Als Teilnehmer des Video-Kurses „Wissen, wo’s lang geht“ erhältst Du 50 € Rabatt auf den Workshop. Bitte bei der Anmeldung einfach angeben.

Teilnehmerstimmen:

„Liebe Silvia, in meine persönliche Umbruchsituation kam der Future-Zooming® Workshop wie gerufen. In einer überschaubaren Gruppe von sympathischen Menschen, die wie ich eingefahrene Denkstrukturen über den Haufen werfen wollten, konnte ich tatsächlich verblüffend neue Erkenntnisse gewinnen. ...“

Ulrich Frank (Salesmanager, Ismaning)

"Ich werde mich noch im Januar nebenberuflich selbständig machen und als Freiberufler Projektaufgaben bearbeiten. Vielen herzlichen Dank für die tolle Motivation und den SUPER Workshop im letzten Jahr, der mir die nötige Kraft gegeben und mir geholfen hat, meinen Weg zu finden."

Claudia Kiesling (freie Projektleiterin Steinbeis Beratungszentrum, Jena)

"Du bist ein leuchtender Stern, sehr authentisch und bringst alles klar auf den Punkt. Die Interaktivität schafft es aus Fremden Vertraute zu machen. Future Zooming® müsste Pflicht für jeden Menschen werden."

Marina Weber (Senior Product Manager Marketing, Dornach)

„Silvia Ziolkowski ist für mich eine inspirierende Frau mit viel Herz und Verstand. Ich habe bei Ihr am 6.11. den Future Zooming Workshop besucht und bin mit erhebenden Erkenntnissen, Klarheit und praktischen Umsetzungsschritten wieder nach Hause gefahren. Sehr befruchtend und eine klasse Methode für diejenigen wo es gerade etwas blockiert und Du nicht weißt wie es privat oder beruflich für Dich konkret weitergehen kann. Ein Ziel aus einer gewissen Perspektive kann helfen.“

Franziska Hößler (Akademie für Prävention, Persönlichkeitsentwicklung und Transformation)

Mehr Teilnehmerstimmen unter www.silvia-ziolkowski.de/referenzen

Details zum Workshop unter: www.future-zooming.de

Hintergrundinfos zu Silvia Ziolkowski



- ▶ Moderatorin, Trainerin, Vortragsrednerin
- ▶ Zukunfts- und Unternehmercoach
- ▶ Business-Partnerin von IT- und Industrieunternehmen
- ▶ Mehr als 25 Jahre IT- und Industrieerfahrung
- ▶ 14 Jahre Erfahrung als Mitinhaberin und Vorstand eines international tätigen IT-Unternehmens
- ▶ Inhaberin der ArtVia net.consult
- ▶ Autorin von Bau Dir Deine Zukunft und Wissen, wo's langgeht
- ▶ Mitautorin mehrerer Bücher
- ▶ Im Ehrenamt aktiv in Mentorenprogrammen und als Senatorin

„Mit Klarheit und Motivation mein neues Business anpacken“ – das war die Essenz, die ich nach einem lösungsorientierten Prozess, aus dem sich Future Zooming® entwickelt hat, für mich gefunden hatte. Ich war total begeistert und so voller Energie, dass ich unbedingt verstehen wollte, wie dieser wirkungsvolle Ansatz funktioniert. Daraus habe ich dann meine eigene Methode abgeleitet und mittlerweile haben schon sehr viele Menschen von Future Zooming® profitiert. Sie haben alle mit ihrer entworfenen Vision und den entdeckten Potenzialen erstaunliche Energie für ihr Ziel entwickelt und vieles davon umgesetzt.

Erfahrungen im konsequenten Umsetzen von Zielen sammelte ich bereits seit 1989 als Vorstandsmitglied eines Softwarehauses, Businesspartnerin eines Industrieunternehmens, Zukunftscoach und Mitinhaberin der ArtVia net.consult.

Es ist mir ein Herzensanliegen, meine Motivation, meine langjährige Coachingerfahrung und meine Erkenntnisse aus meinem Unternehmens- und Lebensweg einzubringen, um Dich dabei zu unterstützen, Deine Stärken zu leben und dabei mutig und souverän den eigenen Weg zu gehen.

Ausgebildet in Kommunikationswissenschaften, Coaching, NLP, reteaming®, The work und mehr verfüge ich über Methodik und Werkzeuge, um Dich effektiv zu unterstützen.

Vielleicht wird es Zeit, dass wir uns kennenlernen. Mit meinen Workshops und in meinen Coachings unterstütze ich Dich, um aus Deinen Träumen Visionen werden zu lassen und diese mutig und gezielt umzusetzen.

Mein Motto:

„Jeder trägt den Traum eines gelungenen Lebens in sich. Wir müssen uns nur trauen, ihn zu wecken und zu leben. ... und das ist einfacher, als wir glauben.“

Herzlichst,


Werde zum Future Zoomer – es lohnt sich!

Erfolg ist...

„Viel zu lachen, die Liebe von Kindern zu gewinnen,
den Verrat falscher Freunde zu ertragen,
die Welt zu einem ein klein wenig besseren Ort zu machen, als sie es war,
bevor wir in sie hineingeboren wurden,
die gesellschaftlichen Verhältnisse in irgendeiner Beziehung verbessern
oder einem Menschen helfen, gesünder zu werden,
zu wissen, dass ein Leben leichter atmet, seit du lebst,
das ist Erfolg!“

Ralph, Waldo Emerson, US-Amerikanischer Geistlicher, Lehrer, Philosoph und Essayist

...nach diesem Bild eines gelungenen Lebens streben Future Zoomer!

Gönne Dir die Magie, den Zauber und die Faszination für die Vision Deines Lebens.
Werde zum Future Zoomer, der um die Kraft der Vision auf der einen Seite und um die
Gestaltungsmöglichkeiten des Hier und Jetzt auf der anderen Seite weiß.

Future Zoomer wissen, wo es lang geht!

