

Anlage 02: „Beispiel-Wunschliste“

1. Ich möchte gerne rauchfrei werden! Dauerhaft! Unbedingt!!!
2. Gewichtsreduktion: Ich erreiche mein Zielgewicht! Ich möchte gerne zu einem noch positiverem Selbstbild kommen: ich finde mich „wahnsinnig schön (!!!), ganz genau so, wie ich jetzt bin!“ Dies möchte ich als innere Einstellung zu mir selbst erreichen. Auf dieser Basis möchte ich mein Gewicht verringern, hin zu meinem Zielgewicht, Wunschgewicht, meinem Idealgewicht!
3. Meine Lebensvision!
Ich möchte unterstützt werden, den Sinn in meinem Leben und die Ziele in meinem Leben noch klarer zu erkennen! Meine neu gewonnene „glühende Begeisterung“ für meine Ziele und meine schier „unendliche Lebensfreude“ soll mich durch jeden neuen Tag mit Leichtigkeit „gleiten“ lassen!
4. Positive starkmachende Kommunikation!
Durch positive, anerkennende und wertschätzende Kommunikation möchte ich zum „Starkmacher“ für mich selbst und für meine Mitmenschen werden! Ich möchte in meinem privaten Bereich nur noch „Starkmacher“ in mein Leben ziehen!
5. Power und Energie!
Ich möchte mich gerne leistungsfähiger sein! Dazu möchte ich mich auf den Weg machen, zu mehr Power und Energie!
Meine Motivation und Entschlossenheit zu gesunder Bewegung, zu Fitness-Training und zur Entspannung soll verbessert werden, ohne dass ich mich selbst auslauge!
6. Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl! Neue innere Bilder (1): Angstfreiheit!
Meine Kompetenzen und eine Motivation für den Weg zu mehr Selbstbewusstsein, Selbstsicherheit und einem stärkeren Selbstwertgefühl soll gestärkt werden: „ich schaffe alles... und ich schaffe alles leicht...“! Mein Selbstbewusstsein und mein Selbstwertgefühl sollen noch weiter gestärkt werden: insbesondere durch die Befreiung von unbegründeten Ängsten! Ich möchte gerne angstfrei durchs Leben schreiten: befreit von unbegründeten Ängsten!
7. Neue innere Bilder (2): Ich trage positive, starkmachende, beruhigende Bilder in mir!
Fehler, die ich selbst in der Vergangenheit gemacht habe, sowie falsche Entscheidungen der Vergangenheit, müssen durch meine Behandlung gelöscht werden, dauerhaft: für einen „unbelasteten Neustart“ zu meiner neu gewonnenen Lebensvision mit meiner Gesundheit im Mittelpunkt!
8. Neue innere Bilder (3): Ich schaue vertrauensvoll in meine Zukunft!
Unfaire Behandlungen durch andere Menschen sowie Gemeinheiten (auch

unbekannte), müssen durch meine Behandlung gelöscht werden: für meinen „unbelasteten Neustart“!

9. Neue innere Bilder (4): Frei und leicht atmen; mit Leichtigkeit durchs Leben „gleiten“!
Der „Klotz“
(Ursache unbekannt) soll „weggerissen“ werden: für meinen „unbelasteten Neustart“!
10. Neue innere Bilder (5): Einschlafen & Durchschlafen! Die
inneren „Uhren“ sollen bitte wieder eingestellt werden: „Einschlafen und Durchschlafen (!!!)“, für tiefen, erholsamen Schlaf, als Basis für meinen „unbelasteten Neustart“!
11. Neue innere Bilder (6): Freude und Spaß am Leben & Glücksgefühle!
Ich möchte gerne ganz große Freude und Spaß am Leben und am Sex mit mir selbst/meinem Partner/meiner Partnerin haben: diese Glücksgefühle sollen weitere „Schlüssel-Motivatoren“ als „Weg-Erleichterer“ zur Erreichung meiner neu gewonnenen Lebensvision werden!
12. Neue innere Bilder (7): Ich schaue in eine positive und unbelastete Zukunft!
Ich möchte gerne, dass meine (unbekannten) traumatischen Ereignisse/Übergriffe/Bilder gelöscht werden und durch positive, starkmachende Bilder überlagert werden: dauerhaft!
13. Den „Schalter“ auf „Heilung“ stellen!
Meine Selbstheilungskräfte sollen bitte unbedingt aktiviert werden: der „Schalter“ muss bitte unbedingt auf „Heilung“ gestellt werden!
14. Burn-Out Prävention!
Ich möchte gerne präventiv behandelt werden: niemals Traurigkeit, niemals Depression, niemals Burn-Out! Meine neu gewonnene Lebensvision möchte ich erreichen, ohne selbst auszulaugen!
15. Innerer Frieden und Harmonie: Alle Verstrickungen sind aufgelöst!
Ganz tiefen „inneren Frieden“ und „Harmonie“ möchte ich mit mir selbst finden und mit den anderen Menschen: alle Verstrickungen sollen dauerhaft aufgelöst werden, für meinen „unbelasteten Neustart“!
16. Alkohol! Meine
Motivation und Entschlossenheit zur Reduzierung und Kontrolle von Alkohol soll signifikant verbessert werden!
17. Süßigkeiten!
Meine Motivation und Entschlossenheit zur Reduzierung und Kontrolle von Süßigkeiten soll signifikant verbessert werden!

18. Partnerschaft!

Ich möchte gerne eine Verbesserung meiner Partnerschafts-Kompetenz erreichen. Ich werde zum „Traum-Partner“ und ziehe meine „Traum-PartnerIn“ magisch an!

19. Ausstrahlungs- und Persönlichkeits-Kompetenz!

Ich möchte gerne meine Ausstrahlungs-Kompetenz und meine Persönlichkeits-Kompetenz verbessern.

20. Kommunikation!

Ich möchte gerne meine verbale- und meine non-verbale Kommunikations-Kompetenz verbessern.

21. Schmerzfrei werden!

Die

Schmerzen in meinem rechten Knie sollen signifikant reduziert werden!

22. Migränefrei werden!

Meine Migräne-Schmerzen sollen signifikant reduziert werden!

23. Schnarch-frei werden! Ich wünsche mir sehr, dass ich ganz ohne jegliches Schnarchen schlafen kann!

24. Ich möchte gerne meine Muskulatur aufbauen: wenn möglich ohne Fitnessstudio!

25. Ich möchte gerne alles Wissenswerte über Personal-Management und Coaching lernen als: „Coaching Personal-Management“, mit Transaktions-Analyse, NLP und Personality-Consulting.

26. Ich möchte gerne beruflich erfolgreicher werden mit dem Ziel der finanziellen Unabhängigkeit und Freiheit.