

1. Mein Weg zu der Persönlichkeitsentwicklung und NLP

Hallo zusammen, ich habe lange über meinen Vortrag nachgedacht, denn ich hatte immer das Gefühl, nicht immer alles von mir preisgeben zu können. Jedoch hat sich diese Ansicht nach unserer gemeinsamen Zeit und dem gemeinsamen Weg, den wir zusammen gehen, verändert. Nun bin ich bereit mit euch über mich und meine Beweggründe zu sprechen.

In vielen Geschichten werden sich viele von euch nicht hineinversetzen können beziehungsweise diese Situationen wahrscheinlich nicht an eure Kindheit erinnern. Dafür dürft Ihr dankbar sein!

Zu Beginn möchte ich euch noch sagen, dass ich für alle Gründe, weshalb ich diesen Weg nun gehe, dankbar bin, denn all das was ich durchlebt habe meine Persönlichkeit geformt hat.

2. Zu meiner Person

Mein Name ist Adnan El- Omari, ich bin der jüngste von meinen insgesamt 2 weiteren Schwestern. Meiner Schwestern Yasmin und Bettina.

Mein Vater ist Quasim Mohammed Hindy El-Omari und meine Mutter Emmy Katharina Brigitte El- Omari / geb. Keienburg.

Ich bin 1974 in Duisburg geboren.

Ich selbst bin Vater meiner Tochter Sherin.

3. Meine Kindheit

Meine Kindheit möchte ich nicht direkt als schlecht bewerten, sondern eher als unglücklich. Das meine Kindheit jedoch nie die erfüllteste war, war mir sehr früh bekannt. Jedoch versuchte ich diese Erinnerungen und Gedanken, bis zu meinem 43. Lebensjahr zu unterdrücken und mir andere Dinge einzureden. Zu diesem Zeitpunkt in meinem Leben fing ich selbst an zu hinterfragen, **wieso ich nicht schätze was ich erreicht habe, warum mache ich mir mein Leben selbst kaputt, warum hatte die Mutter meiner Tochter**

nie die Möglichkeit mich einzufangen, wieso habe ich nicht gemerkt in welche Richtung sich unsere Ehe wendet?

4. Meine Ehe

Katja die Mutter meiner Tochter und meine Ex Frau war eine sehr liebe Person, die immer hinter mir stand und nie aufgegeben hat an mich zu glauben. Bis zu einem Zeitpunkt, wo Sie alle Hoffnung in mir verloren hat. Dies führe zu einer Scheidung nach insgesamt 25 Jahren Beziehung und 21 Jahren Ehe. Dieses Ende führe zu einem Tiefpunkt in meinem Leben.

5. Die Zeit danach

Ziemlich schnell lernte ich daraufhin eine neue Frau kennen, dies war wieder mal ein Zeichen, welches ich nicht zu deuten wusste. Jedoch lies ich bin darauf ein, denn Sie schaffte es mich schneller zu lesen als jemals jemand zuvor. Unbewusst stellte Sie mich vor die Tatsache, mich selbst ganz neu kennen zu lernen. Jedoch fiel ich sehr schnell in mein altes Muster zurück, indem ich nichts wertschätze. Daraufhin stelle Sie mich vor eine Wahl, die mir die Augen öffnete. Für mich war klar, Sie musste mein Arsen Engel sein, also eine Person, die auf einer Art Seelenverwandtschaft das Zeug hat, dich von Dingen zu überzeugen und aus Situationen wachzurütteln. Diese Phase in meinem Leben hat mich zu der Thematik der Persönlichkeitsentwicklung gebracht.

6. Coaching

Somit fing ich an mich immer mehr mit dem Thema auseinander zu setzen. Es folgten Coachings, Aufstellungen, etc... Versucht worden ist, Antworten für mein Verhalten und meine Geschichte zu finden. Besonders fasziniert jedoch war ich nach einer Begegnung mit einem NLP Coach, diese Fragestellungen und Herangehensweise schaffte es mir zu verdeutlichen, dass es nichts bringt mich selbst weiterhin zu belügen.

7. Glaubenssätze der Grund für mein Verhalten?

Zuerst wird sich die Frage gestellt, was sind Glaubenssätze. Glaubenssätze sind Lebensregeln, die Menschen für Wahr halten. Sie sind Interpretationen und Meinungen aus früheren Erfahrungen. Glaubenssätze beeinflussen was wir denken und wie wir Dinge und Situationen wahrnehmen z.B. was wir uns selbst erlauben zu denken und was wir für möglich halten.¹

Es gibt insgesamt zwei Arten von Glaubenssätzen:

1. Regeln, Ursachen, Wirkungen (wenn, dann, weil)
2. Annahmen (Es ist nun mal so, dass die Menschen ... das Leben... man darf...man soll...)

Nach den ersten Begegnungen mit meinem Coach waren meine Glaubenssätze für ihn schnell und deutlich zu erkennen. Einen kleinen Auszug davon würde ich gerne mit euch teilen, um euch meinen damaligen glauben etwas näher zu bringen:

„Ich bin es nicht wert!

Ich bin nicht gut genug!

Ich kann niemanden trauen!

Ich muss alles allein schaffen!

Nur wenn ich das schaffe, werde ich geliebt!

Ich darf keine Fehler machen!

Wenn ich um Hilfe bitte ist das ein Zeichen von Schwäche!

Ein Indianer kennt keinen Schmerz!“

¹ Anthony Robbins

8. Der Ursprung meiner Glaubenssätze

Nun war mir auch selbst bewusst welche Gedanken mein Verhalten prägen, jetzt musste nur noch herausgefunden werden, woher der Ursprung dieser Glaubenssätze stammt. Mehrere Hypnosen schafften es, mich mit der Zeit zu meinem inneren Kind zu bringen, welches mir gleichzeitig Klarheit über mein Verhalten aber auch eins der besten Erlebnisse in meinem Leben geboten hat.

Es stellte sich raus, dass der Glaubenssatz: „Ich bin es nicht Wert!“ aus meiner Kindheit stammt. Denn während der Hypnose führe mich mein inneres Kind zurück zu einer Situation in meinem Leben, wo ich circa 6-7 Jahre alt war. In dieser Scene war ich nicht zuhause, sondern in Jordanien, der Heimat meines Vaters. Wie immer fuhren wir lange mit der ganzen Familie mit dem Auto, über 6 Tage in die Heimat nach Jordanien. Nachdem wir ankamen und die große Begrüßung vorbei war, fing mein Vater an unsere Geschenke zu überreichen. Obwohl wir selbst nichts hatten und es meinem Vater als Gastarbeiter finanziell nicht Besonderen gut ging, musste Jahr für Jahr den verwanden bewiesen werden was für ein toller Mann mein Vater sei. Es wurden also Geschenke gemacht wie die Schokolade von Milka, die wir als Kinder in Deutschland nicht bekommen haben. Als er den Koffer öffnete war dieser komplett voller Geschenke und alles voller Milka Schokolade. Als ich daraufhin nach sechs Tagen fahrt und voller Vorfreude auf so eine Schokolade auch etwas davon wollte, wurde ich daraufhin von meinem Vater geschlagen. Er Schrie mich an, wie undankbar ich sei armen Kindern die Schokolade wegzunehmen. Diese Tatsache hat mich mehr verletzt als die Schläge, die ich daraufhin erhalten habe. Somit bildete sich in meinem Kopf der Glaubenssatz „ich sei es nicht Wert“.

Der zweite und auch bis lange ein sehr tiefer Glaubenssatz war: „ich kann niemanden trauen“ Ich war zu diesem Zeitpunkt circa 12 Jahre alt. Ich war mit meinen Freunden in einer Freundesgruppe von insgesamt sechs Jungs, die immer denselben quatsch im Kopf hatten. Ich war der einzige Ausländer in unsere Gruppe, der nicht wie die anderen dem christlichen Glauben

nachging. Zu diesem Zeitpunkt dachte ich nicht, dass diese Freundschaften wohl irgendwann mal kaputt gehen würden! Wir waren wie fast immer an einem sonnigen Sonntag unterwegs. Wir waren in der Sonntagsmesse in der Kirche. Wir Jungs saßen ganz hinten in der letzten Reihe. Als zu Beginn der Klingelbeutel rumging wurde dieser von einem von uns, dem Priester aus der Hand gerissen. Ohne zu überlegen, rannten wir alle los, ohne damit zu rechnen, dass der Priester selbst reflexartig loslief und ziemlich schnell war. Er fasste den langsamsten von uns, dieser war mit seiner Familie in der Kirche bekannt. Er entschied sich jemanden zu verraten der nichts mit der Kirche zu tun hatte, um sich selbst zu schützen und einen Glaubwürdigen zu finden der die Verantwortung dafür tragen muss. Somit fiel seine Entscheidung nicht schwer und natürlich direkt auf mich. Somit wusste ich, woher der Gedanke kommt „**ich könne niemanden trauen!**“

Ich könnte wahrscheinlich 100 solcher Glaubenssätze aufzählen, aber ich denke ihr habt nun einen guten Einblick in meine Gedanken bekommen.

9. Der Weg zum NLP

Nachdem ich nun verstanden habe, dass ich etwas ändern möchte, müsse ich einen Weg finden mein Leben zu ändern. Was also nun?! 200 Stunden arbeiten im Monat und nebenbei eine so intensive Ausbildung machen, funktioniert nicht. Ich entschied mich komplett auf die Ausbildung zu fokussieren, also ließ ich mich von meinem Unternehmen freistellen. Ich entschied mich relativ schnell für den NLP Coach jedoch wusste ich das mich das systematische Coaching auch sehr interessiert und so habe ich mit beidem angefangen.

10. Meine Ziele

welche ich durch das Coaching erreichen möchte, ist mein Leben Menschen mit einem ähnlichen Lebensweg zu erklären und dabei zu helfen, dass es

immer einen Ausweg gibt, dass es andere Wege gibt, die gewählt werden können, auch wenn diese noch verborgen wirken.

Meiner Meinung nach haben wir zwar alle, der eine mehr der andere weniger schlimme Dinge erlebt, jedoch sollten diese Dinge nicht mehr Präsenz sein und eher in Vergangenheit geraten. Wir sollten nicht vergessen was unser Leben mal geprägt hat aber lernen, wie wir damit umgehen können. Ich selbst bin unendlich dankbar, dass ich trotz meiner negativen Erfahrungen in meiner Kindheit, die Hand vor meinem eigenen Kind niemals gehoben habe, sondern meine Werte in diesen Momenten eine viel wichtigere Rolle gespielt haben.

11. Werkzeuge des NLP

Das NLP sowie auch das systematische Coaching haben interessante Werkzeuge wie z.B.

- **Time Line**
- **World Disney**
- **Oder Change Historie**

12. Mein Plan danach

Mein Wunsch ist es nach den ganzen Ausbildungen endlich zu einer Persönlichkeit heranzuwachsen, welche mit Personen zusammenarbeitet, die zu mir kommen, um Ihre Blockaden oder Ängste innerhalb der richtigen Fragen und Antworten zu lösen und vor allem zu helfen. Dabei hoffe ich (zum Thema Persönlichkeitsentwicklung) dass Personen die Hilfe benötigen und dieses auch in die Welt senden dann automatisch an mich geleitet werden.

Bis hierhin war sowohl meine kleine persönliche Einladung und Erklärung wie ich selbst zum NLP gekommen bin. Ich hoffe das auch wir alles was von

uns erlernt wird weiter in die Welt tragen können und Menschen, denen es ähnlich ergeht, helfen neue, bessere Wege zu gehen.

13. Mein Fazit

Abschließend ist mir wichtig euch mitzuteilen, dass ich meinem Vater, sowie allen anderen Menschen, die mein Leben geprägt haben, vergeben habe! Denn auch wenn ich viel Wut, Trauer oder auch Ängste mit meiner Vergangenheit verbinde, wäre ich heute nicht der der ich heute bin.