



Liebe ... ,

### Wie will ich wirklich leben? oder der Übergang vom Jugendlichen zum Erwachsenen

In diesen Wochen ist es wieder soweit. Tausende junger Menschen sind mitten in ihren Abschlussprüfungen und stehen damit an einem Übergang in eine neue Lebensphase.

Laura Bärtel „ Ich bin 13 meiner 18 Jahre zur Schule gegangen. 13 Jahre Frontalunterricht für vier große Prüfungen. ... Es ist gut zu wissen, dass es jetzt wirklich bald vorbei ist. Es ist zielgerichtetes Lernen, auf dieses großes Finale hin, und danach Freiheit. Das große Ungewisse, ich freue mich darauf und habe auch ein bisschen Angst, stelle die aber hinten an. ... “ (Interview in: karriere und campus, April 2018)

#### *Was will ich wirklich?*

„Alle wollen perfekt sein: viele Freunde, top gestylt, guter Job, hoher Lohn, feste Beziehung, auf jeder Party dabei. Es ist der existenzielle Wunsch nach: „ich gehöre dazu! “

Diese Liste der ganz alltäglichen Anforderungen wächst gefühlt täglich. Unter dem Druck der gesellschaftlichen Erwartungen und der eigenen Vorstellungen von einem erfolgreichen Leben leiden viele junge Menschen. Dabei haben sie schon fast vergessen, was sie sich selbst für ihr Leben wünschen.

Viele leiden unter Zukunftsängsten, finanziellen Sorgen und der Angst, die falsche Entscheidung zu treffen.

- 🌸 Wie finde ich eine Ausrichtung für mein Leben, die mich nachhaltig erfüllt?
- 🌸 Wie finde ich Vertrauen zu mir und meinen Handlungen?



- 🌸 Was macht einen wirklich reifen Erwachsenen aus?
- 🌸 Wie kann es mir gelingen Verantwortung für mich, die Gesellschaft und die Natur zu übernehmen ohne dabei , auszubrennen ‘?



Seit einigen Jahren wird Visionssuche wieder vermehrt in Europa angeboten. Eine Visionssuche findet in einer Gruppe statt und dauert in der Regel elf Tage, darunter verbringt man vier alleine, ohne Nahrung und nur mit minimaler Ausrüstung in der Natur.

Eine Visionssuche, auch vision quest genannt, ist keine Lösung für alle Probleme. Was sie jedoch bietet ist die Chance einmal völlig aus dem , Hamsterrad des Lebens ‘ herauszutreten.

- 🌸 Wer bin ich, wenn niemand etwas von mir will und ich ganz bei mir ankommen kann?
- 🌸 Wer bin ich, wenn ich die alte Lebensphase Schule/Ausbildung bewusst beende und mich für neue Erfahrungen bereit mache?
- 🌸 Welche Lebenswünsche und Talente entdecke ich in mir?



*VS Teilnehmerin Marie, 19 Jahre:*

*„Der Weg zu mir. ... Die Begegnung mit der Gruppe war ganz anders, als ich gewöhnlich einer Gruppe von Menschen begegne. Ich habe diese Menschen von innen heraus kennengelernt und nicht von außen nach innen, wie gewöhnlich. So kannte ich schon*

*nach dem ersten Abend die größten Probleme und Ängste von jeder einzelnen Person. Das Alter und andere Äußerlichkeiten haben überhaupt keine Rolle gespielt. Ich selber habe ganz ehrlich erzählen können und habe mich gehört und verstanden gefühlt. ... "*

### Meine Visionssuchen:

Schwarzwald für junge Erwachsene: 12. - 23. September 2018

Kreta: Mai und Oktober 2018

Frankreich/Vogesen: 24. Juli – 04. August 2018

Frankreich/Vogesen für Frauen: 07. – 18. August 2018

Ausführliche Informationen finden Sie auf meiner Internetseite: [www.visions-suche.de](http://www.visions-suche.de)

*„Sie wurden geboren, sie wurden aufgezogen,  
sie gingen zur Schule, sie fanden erwachsenen Stand im Leben,  
gingen in der Lebensmitte durch eine unklare Phase von Angst,  
traten dann in den Ruhestand –  
und sie starben, ohne überhaupt zu verstehen,  
was sie in ihrem Leben verpasst hatten “  
(Aus Norman Spinrad: Kind des Glücks)*

Falls der Newsletter nicht korrekt anzeigt, klicken Sie für die pdf Version:

<https://www.visions-suche.de/app/download/5811546228/Heide+Steiner+-+Visionssuche+-Newsletter+Dezember+2017.pdf>

Ich freue mich, wenn Sie meinen Newsletter an andere Menschen denen es dienlich sein könnte weiterleiten. Mit herzlichen Grüßen, Heide.



Heide Steiner | Visionssucheleiterin & Coach | 79111 Freiburg |  
[www.visions-suche.de](http://www.visions-suche.de) | [heide.steiner@visions-suche.de](mailto:heide.steiner@visions-suche.de) |

Falls keine Infos mehr erwünscht sind, bitte eine formlose Mail an mich schicken.