

Impulse



Praxis für Persönlichkeitsentwicklung

Ausgabe Nr. 2/2009, August 2009

Guten Tag

Wer hat Sie heute schon angelächelt?

Ein Lächeln. Wohltuend wie die wärmende Sonne, ein fein duftender Latte Macchiato, ein kühles Eis, das Rauschen des Meeres. Ein kleine Geste mit unglaublicher Wirkung!

Ich bin gespannt, welche Aha-Erlebnisse Sie mit meinen aktuellen "Impulsen" zum Thema "Kommunikation" erleben.

Sonnige Grüße

Jacqueline Scherrer



[Impulse aus meiner Praxis](#)

[Einblicke / Ausblicke](#)

[Aktuelle Angebote](#)

[Tipps](#)

[Kontakt](#)

Impulse aus meiner Praxis

Kommunikation - Ein Tanz der Sinne

Menschliche Kommunikation ist ein wahrer Tanz der Sinne: Aus der Stimmlage hören wir Begeisterung, Ärger oder Unsicherheit. Mit den Augen lesen wir im Gesichtsausdruck unseres Vis-à-vis. Unseren Ohren bleiben auch Zwischentöne nicht verborgen.

Wenn zwei Menschen ein Gespräch miteinander beginnen, geraten sie sofort in einen subtilen Tanz von rhythmischer Harmonie. Sie synchronisieren ihre Bewegungen und Körperhaltung, ihre Stimmlage, ihre Sprechgeschwindigkeit und sogar die Länge der Pausen zwischen den Äusserungen des Einen unter der Antwort des Anderen.

Beobachten Sie in nächster Zeit Ihre Mitarbeitenden, Arbeitskollegen, Freunde und Bekannte und finden Sie Antworten auf: Wann fühlen Sie sich wohl mit Ihrem Gegenüber? Wie kommuniziert Ihr Chef? Was wirkt stossend im Gespräch miteinander? Wie ist Ihr Kommunikationsstil? Wie kommunizieren Ihre Vorbilder? Was bewundern Sie an Persönlichkeiten aus Wirtschaft und Politik? Welche Fähigkeiten und Talente davon möchten auch Sie lernen?



Ich wünsche Ihnen viele Aha-Erlebnisse!

Wie kommunizieren Sie?

Impuls Nr. 1

93 % unserer Kommunikation findet nonverbal, nur 7 % durch den Inhalt mit Worten statt.

"Nichts ist drinnen, nichts ist draussen. Denn alles, was innen ist, ist aussen".

Goethe fasst zusammen, was Verhaltensforscher bestätigen. Der Körper folgt der inneren Haltung, trägt nach aussen, was wir gerade denken oder fühlen. Haltung bewirkt automatisch unser VERHALTEN.

Wie verfahren Sie zum Beispiel, wenn Sie Menschen von Ihrer Sache überzeugen möchten? Der Funke springt nicht durch überschwängliche Gestik oder Mimik, sondern nur durch Ihre von innen brennende Leidenschaft, manifestiert in Ihrer Sprache und Körpersprache.

Indem Sie also berufliche oder private Situationen anders "denken" oder "fühlen", verändern Sie Ihre innere Haltung und damit Ihre Körpersprache.

Wie möchten Sie gerne sein?

Im Coaching arbeiten wir unter anderem mit Themen wie Haltung und Verhalten. Sie verändern störendes oder unsicheres in attraktives und überzeugendes Verhalten. Gestalten Sie heute Ihre [Persönlichkeit](#) und gehen morgen mit Ausstrahlung souverän durchs Leben!

Impuls Nr. 2

Erklären Sie die kommende Woche zur Woche des Lächelns.

Schenken Sie all den Menschen, denen Sie bei der Arbeit, in der Familie, auf der Strasse, im Zug oder wo auch immer begegnen Ihr gewinnendes Lächeln.

Verhaltensforscher beobachteten, dass Frauen in Führungspositionen mit einem Lächeln zum richtigen Zeitpunkt ganz gezielt entscheidende Verhandlungssituationen entspannen konnten.

Geniessen Sie das, was auf Ihr Lächeln zurück kommt!

Impuls Nr. 3

Als man die Entscheidungsprozesse von 3'000 Spitzenmanagern untersuchte, zeigte es sich, dass diejenigen, die auf verschiedenen Feldern die Besten waren, am geschicktesten die Intuition in ihre Entscheidungen miteinbezogen.

Intuition und inneres Gefühl ist die Fähigkeit, Botschaften aus unserem inneren Speicher unserer emotionalen Erinnerungen



zu erfassen, unserem eigenen Vorrat an Weisheit und Urteilskraft. Menschen entscheiden, wer aus einer Reihe von Bewerbern am besten ins Team passt, Topmanager entscheiden, ob es Zeit und Geld wert ist, ein Produkt zu entwickeln.

Was tun erfolgreiche Menschen, um ihren intuitiven Gefühlen Raum zu geben?

Der Eine meditiert, Andere machen Spaziergänge in der Natur, betätigen sich als Heimwerker oder fahren mit ihrem Bike aus. Um in Kontakt mit unserer inneren Stimme zu kommen ist es wichtig, vorläufig alle anderen zielorientierten Aktivitäten zurückzustellen und etwas zu tun, das unseren Geist für eine tiefere, stillere Sensibilität öffnet.

Versuchen Sie doch bei Ihrer nächsten anstehenden Entscheidung, auch Ihre innere Stimme mit einzubeziehen! Beginnen Sie dabei mit einfachen Sachen. Wenn nächstes Mal das Telefon klingelt fragen Sie sich bevor Sie abnehmen, wer wohl am anderen Ende ist. Oder lassen Sie sich beim nächsten Kauf eines Buches von Ihrer Intuition leiten.

Viel Erfolg beim Ausprobieren!



nach oben

Einblicke und Ausblicke

Logosynthese - Eine neue Coaching-Methode

Bei Willem Lammers, [ifl Institut für Logosynthese](#), Bad Ragaz habe ich meine Coaching-Kompetenzen mit einer sehr wirkungsvollen Methode erweitert.

Die [Logosynthese](#) ist eine schöne, elegante und sehr effiziente Methode im Umgang mit den Schlaglöchern, Baustellen, Blockaden und Umleitungen auf der Strasse des Lebens. Eine Methode, die mit wenig sichtbarem Aufwand sehr tief geht und Sie in Kontakt mit dem wahren Selbst bringt.

Logosynthese wirkt sehr effektiv bei Ängsten, Phobien, Blockaden, in Lebensgestaltung und Karriere sowie bei der Aufhebung blockierender Glaubenssätze und Beziehungsthemen. Überzeugen Sie sich selbst bei Ihrem nächsten persönlichen [Coachingstermin](#).

Frauentag bei der City Garage, Rickenbach

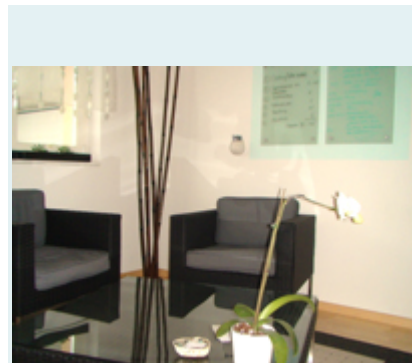
Anfang Mai begrüßte ich viele interessierte Menschen an meinem Stand. Das Glücksrad hat zu tiefen und angeregten Gesprächen geführt. Vielen Dank für Ihr Interesse und Vertrauen.

Bewerbungs-Trainings

Mit 36 Lernenden der kaufmännischen Grundbildung des [ortega Bildungszentrums Wil](#) führte ich im Mai/Juni 2009 Bewerbungs-Trainings durch. Diese jungen Erwachsenen sind jetzt fit, um sich bei Unternehmen für ihr betriebliches Vollzeit-Praktikumsjahr im 2010 zu bewerben.

Geschenk an die Jugend

Ich schenke jährlich fünf Jugendlichen ein [Bewerbungs-Coaching](#) im Wert von Fr. 320.--. Zwei Jugendliche haben bis



heute erfolgreich davon Gebrauch gemacht:

- Maturandin, 19: Praktikum für Mittelschulabsolventen bei der UBS AG, St. Gallen
- Jugendlicher, 15: Banklehre bei der St. Gallischen Kantonalbank, Flawil

[nach oben](#)

Aktuelle Angebote

Impuls-Referat

Wie Sie mit Coaching Ihre Ziele erreichen!

21. Oktober 2009, 19.30 - 21.00 Uhr, anschl. Netzwerken

Hof zu Wil, Marktgasse 88, 9500 Wil (im Fürstensaal)

An diesem Abend erwartet Sie ein interaktiver Impuls-Vortrag. Sie erfahren in einem Test, wie es um Ihre Ausstrahlung steht. Lassen Sie sich überraschen, wie Sie Ihr Leben positiv verändern und aktiv verbessern können. Verzaubern Sie vor Ort Ihr persönliches Stresswort. Gewinnen Sie dadurch neue Impulse, Ihre Wünsche und Projekte zu verwirklichen. Und Sie werden erleben, was Coaching wirklich ist und wie Sie es zu Ihrem Schlüssel für mehr Erfolg und Wohlbefinden nützen können.

Themen

- Verwandeln Sie Ihre Wünsche in kraftvolle Ziele!
- Weg mit Ängsten und Blockaden!
- Mehr Mut zur eigenen Persönlichkeit!
- Ihre Fragen? - Meine Antworten!

Im Anschluss an das Referat lade ich Sie herzlich zum Netzwerken und Austauschen bei einem Glas Prosecco ein.

Ihr Investment Fr. 20.00/Person, zahlbar bar vor Ort.

Anmeldung erwünscht an Telefon 071 925 35 34 oder per E-Mail an js@persoenlichkeit-entwickeln.ch.

[nach oben](#)

Tipps

Buchtipp

Wie sollte ein Arbeitsteam oder ein Unternehmen gestaltet sein, damit Emotionale Intelligenz in der Kommunikation und in der Organisation zur Geltung kommt?

Daniel Golemann verrät in "[Der Erfolgsquotient](#)" wie sich "Emotionale Intelligenz" in der Kommunikation, in Ihrem Führungsstil und in der Organisation verwirklichen lässt!

Haben Sie Fragen zum aktuellen Thema oder möchten einen Termin vereinbaren? Dann telefonieren Sie mir oder schreiben mir ein E-Mail.

Weiterempfehlen

Möchten Sie Impulse Bekannten oder Interessierten zukommen lassen? Senden Sie mir bitte deren E-Mail-Adressen sowie Name und Vorname. Herzlichen Dank!

Bei Adressänderungen oder Abmeldungen wenden Sie sich bitte direkt an mich. Vielen Dank.



[nach oben](#)

["Impulse" abmelden](#) | [Kontakt aufnehmen](#)

Praxis für Persönlichkeitsentwicklung

Jacqueline Scherrer
Freudenbergstrasse 48
9535 Wilen bei Wil
Telefon +41 71 925 35 34
Mobile +41 79 631 85 35

www.persoenlichkeit-entwickeln.ch

© Praxis für Persönlichkeitsentwicklung
Quelle Fotos: iStockphoto