

KönigsImpulse im Dezember 2013

Eine Handreichung für Führende und Menschen, die sich entfalten wollen. Die KönigsImpulse dienen der Inspiration, dem Dranbleiben und Innehalten.



Wer die Augen offen hält, dem wird im Leben manches glücken.
Doch noch besser geht es dem, der es versteht, eins zuzudrücken.

Johann Wolfgang von Goethe

Zimtsterne sind meine liebsten Plätzchen. Das Feuer des Zimts, die Süße des Zuckers, die Fülle der Mandeln – das ist Weihnachten. Lebkuchenherzen kommen gleich danach. Interessanterweise werden Lebkuchenherzen ja das ganze Jahr über bei besonderen Gelegenheiten verschenkt: Auf dem Jakobi-Markt im Sommer, auf dem Oktoberfest oder jetzt im Advent. Und dabei gilt: Je größer das Herz, desto besser.

Ein großes Herz! Manchmal scheint es, als sei ein großes Herz nur noch eine Jahrmarkt-Attraktion, zudem eine, die unmodern geworden ist. Hat Großherzigkeit überhaupt Platz in einer Arbeitswelt, in der es auf Effizienz, Präzision, Fehlerfreiheit und professionelle Freundlichkeit ankommt?

Mir würde sie fehlen. Ich habe gerne mit Menschen zu tun, die über ein Missverständnis, über einen Fehler hinweg sehen oder einen auf warmherzighumorvolle Weise darauf aufmerksam machen. Dann schauen sich plötzlich – trotz des Missgeschicks – zwei Menschen an und lächeln einander zu. Was für ein Glück!

Mach's einfach: reduziere auf das Wesentliche!

Großherzigkeit ist Ausdruck der Persönlichkeit, des inneren Reichtums. Sie hängt aber auch mit der körperlichen Verfassung zusammen. Können Sie warmherzig reagieren, wenn Sie gehetzt zu spät zu einem Termin kommen, oder wenn Sie bei einem Disput von der Meinung anderer in die Enge getrieben werden? Wer unter Druck steht, reagiert mit Gegendruck. Dessen Körper ist dann meist auch verspannt: Die Muskeln im Nacken werden zum Schildkrötenpanzer, der Hals ist wie zugeschnürt, ums Herz ist's eng.

Deshalb diese Empfehlung für den Dezember:

Halten Sie wieder Inne, ab und an.

Spüren sie in sich hinein.

Atmen sie einige Male tief aus. (Einatmen geht von allein!)

Richten Sie sich zu Ihrer ganz eigenen Größe auf.

Dehnen und Strecken Sie sich und lösen Sie die Anspannungen.

Stellen Sie sich vor, wie Ihr Raum ums Herz weit wird.

Wenn Sie dann entspannt und bei sich sind, fällt es leicht, großherzig zu sein – zu sich und zu anderen.

Mit dieser Handreichung möchte ich das Jahr der Freundlichkeit ausklingen lassen. Die Beschäftigung mit dem Thema hat meine Wahrnehmung für die Farben der Freundlichkeit geschärft. Ich reflektiere bewusster, spüre präziser, was ist und kann mich so klarer ausrichten.

Klarheit in der Haltung wird 2014 ein Thema sein. „Kontur“ lautet das Motto. Ich freue mich darauf.

Bis dahin wünsche ich Ihnen viele Momente, in denen Sie groß- und warmherzig leben.

Herzlich grüßt mit Freude

Ihr Gunter König

Gerne unterstütze ich Sie.

Wenn Sie weitere Anregungen brauchen..., ein Anruf genügt.

Ich freue mich auf ein persönliches Gespräch mit Ihnen.

Gunter König, Dipl.-Psychologe
KönigsCoaching mit S.A.L.Z.
Klosterstraße 11, 74523 Schwäbisch Hall
Tel.: 07 91-85 70 00, Fax: 07 91-85 70 02
www.KoenigsCoaching.de, www.Inszenario.de

Seminarkalender

Mit Freude weise ich auf unsere nächsten offenen Veranstaltungen hin:

Wer bin ich?	206. INSZENARIO®-Tage:	Schwäbisch Hall	20./21.02.14
Zu einer gelingenden Partnerschaft	225. INSZENARIO®-Tage:	Baunatal	25./26.03.14
Die Überraschung mit <i>INSZENARIO</i> ®	207. INSZENARIO®-Tage:	Berlin	03./04.04.14
Systemisch & systematisch Beratung	209. INSZENARIO®-Tage:	Aachen	10./11.04.14
Erfolgreich Konflikte lösen	211. INSZENARIO®-Tage:	Sigmaringen	06./07.05.14
Der Weg zur Selbsterkenntnis!	215. INSZENARIO®-Tage:	Leverkusen	13./14.05.14
Erfolgreich Konflikte lösen	216. INSZENARIO®-Tage:	Lindau	30./31.05.14.

Weiterempfehlung

Gerne dürfen Sie die KönigsImpulse an Interessierte und Freunde weiterleiten.

Copying is right!

Ich freue mich über Veröffentlichungen, allerdings bitte ich um eine vorherige Kontaktaufnahme.

Disclaimer

Diese E-Mail, inklusive den Attachements, ist ungeschützt und könnte während der Übermittlung von Dritten eingesehen und verändert werden. Der Absender schließt deshalb jegliche Haftung oder rechtliche Verbindlichkeit für elektronisch versandte Nachrichten aus. Sollten Sie diese Mitteilung irrtümlich erhalten haben, bitten wir Sie, den Absender zu informieren und die Mitteilung in Ihrem System gänzlich zu löschen.

Bitte geben Sie Nachricht, wenn Sie die KönigsImpulse nicht mehr beziehen wollen.

Mach's einfach: reduziere auf das Wesentliche!