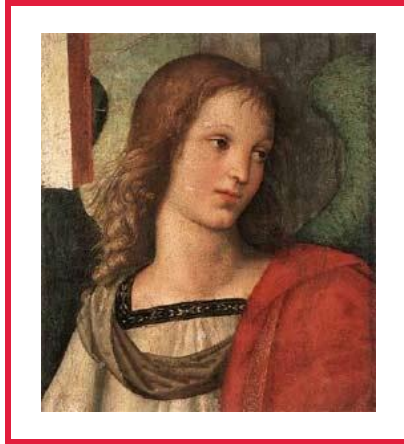


Königsimpulse im April

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



**Eure Rede sei allzeit lieblich,
doch mit Salz gewürzt.**

Kolosserbrief 4.6

Guten Tag,

Die Tasse gleitet aus der Hand, und mit einem Knall zerbricht das Porzellan in tausend Stücke. „Was bin ich für ein Idiot“, entfährt es dem Mann. Seine Frau öffnet die Tür, sieht den Scherbenhaufen und lächelt dem Mann zu: „So viel Glück auf einmal.“

Ja, der Mann hat's wirklich gut, so eine Frau an seiner Seite zu haben.
Doch sein Wohlbefinden – und das seiner Frau - könnte er noch steigern.
Wie wär's damit:

Die Tasse gleitet aus der Hand, und mit einem Knall zerbricht das Porzellan in tausend Stücke.
„Oh, Scherben bringen Glück“, sagt der Mann. Ihm fällt ein, dass die Tasse eh' schon eine Macke hatte.
„Schatz“, ruft er seiner Frau zu, die just in diesem Augenblick aus dem Nebenzimmer kommt, „wolltest Du nicht mal wieder einkaufen gehen? Ich glaub' wir brauchen zwei, drei neue Tassen.“

Die gleiche Ausgangsbasis – und doch ein anderes Ergebnis. Schauen wir uns doch einmal das Gespräch genauer an, vor allem die Selbstkommentierung des Mannes.

Die inneren Gespräche laufen meist automatisiert ab, und unbemerkt sowie unbewusst färben sie die Seele und die Stimmung. Beobachten Sie sich, wie sie mit sich umgehen, mit sich sprechen. Machen Sie sich schlecht, reden Sie abfällig über sich? Oder ist der Ton freundlich? Respektvoll? Liebenswert? Humorvoll?

Welche Folgen hat der Zuspruch, den wir uns selbst zukommen lassen?

Wie wir uns bezeichnen, heißen oder benennen drückt unsere Haltung uns selbst gegenüber aus. Halte ich mich für wichtig und liebenswert? Diese Haltung zeigt sich in Aufrichtigkeit, Achtsamkeit, Freundlichkeit – gegenüber sich selbst und den anderen. Biblisch heißt es: Eure Rede sei allzeit lieblich, doch mit Salz gewürzt. Also: Freundlich im Ton, doch in der Essenz wahrhaftig sein.

Die Art und Weise wie wir mit uns sprechen beflügelt unser Tun. Schimpfe ich: „Mein Gott König, Du schaffst es nie!“ werde ich mich möglicherweise niedergeschlagen in mich zurückziehen. Sage ich dagegen: „Na, lieber Herr König. Da kannst Du ja noch was dazu lernen“, dann ist die Chance größer, dass ich die Ärmel hochkrempele, schmunzle und schaue, was ich machen kann.

Die inneren, zusprechenden Monologe können uns wie ein guter Freund durch den Tag begleiten. Ein Beispiel gefällig?

Vergangene Woche war ich bei einem geschätzten Geschäftskunden zu einem Gespräch. Ich war guter Dinge und schrieb am Vorabend in mein Tagebuch: „Ich geh' hin und hol' mir einen Auftrag ab.“ Das hob noch am nächsten Morgen meine Stimmung. Ich fühlte mich wohl und war zuversichtlich. Bewusst entschied ich mich dafür, meine Talente zu sehen, mir goldige Aussichten auszumalen. Gleichzeitig stützte ich meinen Übermut, indem ich mich kommentierte: „Ganz schön überheblich!“ Dennoch: Ich freute mich auf das Gespräch und erinnerte mich bei der Anfahrt an die Entwicklungen, die ich in der Firma zuletzt angestoßen hatte.

Das Gespräch lief gut. Und noch während wir verhandelten, wurde mir bewusst, dass mir mein Gesprächspartner sympathisch ist. Bewusst formulierte ich in Gedanken die Worte: „Ich spreche mit einem lebenswürdigen Menschen.“ Wenn ich das denke, strahle ich das auch aus, denn mein Gegenüber nimmt meine selbstbewusste und gleichzeitig ihm zugewandte Haltung wahr. Die Chance, dass wir uns einander öffnen und einig werden, steigt – und es macht darüber hinaus allen Beteiligten Freude.

Ich fuhr mit dem Vertrag in der Tasche heim und schenkte mir zur Feier des Tages eine Taschenuhr. Dieser schöne Handschmeichler wird mir künftig nicht nur zeigen, was die Stunde schlägt, sondern mich auch an dieses gute Miteinander erinnern.

Soweit für heute, bis nächsten Monat. Und wenn Sie zuvor mit mir etwas beleuchten wollen - Sie wissen ja: Ich freue mich auf ein persönliches Gespräch.

Ihr Gunter König

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

Vorausschau auf die kommenden KönigsImpulse

Das Jahr der Selbstfürsorge im Mai: Kernüberzeugungen!

Seminarkalender

19.+20.04.2012 | 80. INSZENARIO®-Tage: „Kinderwelten“ in Herzogenrath

11.+12.05.2012 | 81. INSZENARIO®-Tage: „Intensiv“ in Freiburg

19.+20.06.2012 | 82. INSZENARIO®-Tage: „Konflikte und Kommunikation“ in Raesfeld

30.+31.08.2012 | 83. INSZENARIO®-Tage: in Raesfeld

19.-21.09.2012 | 84. INSZENARIO®-Tage: in Linz (Österreich)

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.