

VISION

Das Magazin, das die Zukunft zeigt
Ausgabe 1

BILD
Die Sensation

Coachingreport

28.04.2018



Christina Emmer rettet die

coachingszene



Die Szene ist sich einig. Christina Emmer - Coach für Coaches und Expertin für Positionierung - hat in 3 Jahren das Unmögliche wahr gemacht. Bis vor 3 Jahren liefen in Deutschland noch ca. 30.000 Coaches mit "Bauchladen" herum, sprich, mit einem viel zu breiten Angebot, um in diesem großen, hart umkämpften Markt wahrgenommen zu werden. Nun, nach 3 Jahren harter Arbeit hat sie es nicht nur geschafft, dass jeder Coach eine messerscharfe Positionierung hat, sondern auch eine einzigartige, konkurrenzfreie Kooperation zwischen den Coaches in Deutschland erschaffen. Die Coachingszene wurde dadurch revolutioniert, hat ihren ehemals eher schlechten Ruf verloren und erstrahlt in neuem Glanz. -----

Diese erste Ausgabe von VISION widmen wir dieser großartigen Frau, die tausende von Coaches in ihre Größe bringt und voller Großzügigkeit ihr Wissen teilt. Christina Emmer sagt selbst über sich:

"Wer zu mir kommt, hat Lust auf Veränderung. Wenn Du genau spürst, dass es Zeit ist, dass es so nicht weitergehen kann oder Du es so, wie es ist, einfach nicht mehr haben willst. Du willst aber nicht (wieder) nur irgendwas verändern. Du willst endlich herausfinden, WAS DU WIRKLICH WILLST und Du willst Dein Business als Coach so aufbauen, dass Du davon auch leben kannst. Du willst Deinen ganz persönlichen Weg finden – beruflich und privat. Du willst DEIN Leben neu gestalten."

Build

BEFREITE MENSCHEN FÜHREN KEINE KRIEGE

David Goebel verursacht mit Coaching-Software unabsichtlich Weltfrieden

Dortmund: Vor 3 Jahren erstellte David Goebel ein Coaching-Tool für Webseiten.

David: „Ich wollte eigentlich nur die Arbeit für Coaches erleichtern. Und deren Klienten sollten dadurch nachhaltig zu glücklichen Menschen werden und bleiben. Aber das hier war von mir nie geplant. Trotzdem freue ich mich natürlich.“

Dennoch es ist passiert. Die Software fand bei so vielen Coaches Anklang, dass sie

bald als Standard für Coaching-Kurse betrachtet wurde. Coaches auf der ganzen Welt erstellten auf einmal Online-Kurse, die Millionen Teilnehmer in Anspruch nahmen. Manager großer Konzerne fanden so zu ihrer Berufung und über-nahmen Verantwortung für Ihr globales Handeln. Politiker befreiten sich von den Zwängen des eigenen EGO und arbeiten nun an einer positiven Welt für alle Menschen zusammen.



David: „Ich habe nur meinen bescheidenen Beitrag geleistet. Der Dank gebührt auch all den Coaches, die tolle Coaching-Kurse entwickeln und dabei unter anderem mein Plugin nutzen.“

Wir sollten auch den Menschen danken, die aufstehen und anfangen ihr Leben nach ihren Leidenschaften und Fähigkeiten zu leben.“

BILD: Sie verdienen gut an der Software. Ist das ein Problem für Sie?

David: Überhaupt nicht. Was gibt es Schöneres auf der Welt, als mit seiner Leidenschaft Geld zu verdienen und dabei Anderen zu helfen?

Bild

Ein ganzer Landkreis im Eheglück

Hohenlohekreis - Sie haben geschafft, was kaum einer für möglich hielt: In den letzten fünf Jahren ist die Scheidungsrate im Hohenlohekreis, Baden-Württemberg, von 40 Prozent auf unter 10 Prozent gesunken. Den Paartrainer Dee und Matthias Stolla von der Pelekanos Akademie ist es gelungen, ein neues Bewusstsein für Ehe und Beziehungen zu erschaffen.

„Wir sind besonders stolz darauf, dass sich in den letzten drei Jahren keine Eltern mehr haben scheiden lassen“, sagen sie

In Kooperation mit Anwälten, sozialen Einrichtungen haben sie ein Eherettungsnetzwerk erschaffen, das es so in Deutschland noch nicht gibt. „Unsere Vision ist natürlich, dass sich dieses Projekt auf ganz Deutschland ausweitet“, erklären die Eheleute Stolla und haben bereits Kontakte zu anderen Paarberatern aufgenommen, um ihr Projekt auszuweiten.

„Uns ist wichtig, dass Paare nicht nur zusammenbleiben, sondern dass sie erfüllte und nährnde Beziehungen führen“, betonen die beiden. Sie helfen Paaren, an ihren Konflikten zu wachsen und sich gegenseitig zu unterstützen. In vielen Gruppen und Veranstaltungen treffen sich Ehepaare, um sich auch gegenseitig zu unterstützen. Nicht nur die Scheidungsrate ist dadurch gesunken. Die Ausgaben für Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen sind spürbar zurückgegangen. „Dadurch, dass die Eltern glücklicher sind, gibt es auch weniger Konflikte mit Kindern“, wissen Dee und Matthias Stolla. Und auch in Erziehungsfragen bietet die Pelekanos Akademie kompetente Hilfe vor Ort. „Wir sind ein kleiner Landkreis“, weiß Landrat Matthias Neth. Aber Dank der Arbeit der Pelekanos Akademie leben hier auffällig viele bewusste und glückliche Menschen.“



Wir sind ErfolgReich!

Cornelia Harms bringt Business Freestyler mit PR 2.0 ins Rampenlicht

Endlich gibt's Hollywood auch für Lifestyler. Tausende von erfolgreichen Geschäftsleuten der neuen Zeit können es nicht fassen: Sie sind endlich so richtig erfolgreich. Mit allem, was dazu gehört: Scheinwerfer. Rampenlicht. Strahlen. Den tollsten Kunden. Viel Geld. Und das alles mit ganz viel Spaß!

Unfassbar

Cornelia Harms hat das geschafft, was sich viele nicht zu träumen wagten: Sie hat die Welt der Öffentlichkeitsarbeit revolutioniert. Sie macht ihre Kunden genau so erfolgreich, wie es zu ihnen passt. „Standardkonzepte sind out“, so die ErfolgMacherin und Veranstalterin der heiß begehrten Future Parties.

Hollywood Glamour mit Persönlichkeit!

In ihren inzwischen weltweit lizenziertem und von ausgebildeten Trainern international gelehrtem Konzept kitzelt sie die beste aller Versionen aus ihren Kunden heraus: Mit großen Visionen, einem erfolgreichen Business Konzept und ganz viel strahlender Persönlichkeit dürfen diese ins Rampenlicht starten.

Erfolg für alle? Wie macht sie das nur?

„In jedem Menschen steckt ein Diamant! Und manche brauchen eben jemanden, der diesen mit ihnen ausgräbt und zum Strahlen bringt. Genau das sehe ich als meine Aufgabe“, erklärt Cornelia Harms. „Darauf basieren wir für jeden einzelnen seinen besten Auftritt in der Öffentlichkeit, der genau zu ihm oder ihr passt. Für mich gibt es nichts Schöneres als Menschen zu inspirieren und den Weg in die Öffentlichkeit gemeinsam mit ihnen zu gehen.“



ThankNet – erobert das SocialNet im Sturm

T

ThankNet ist ein neues soziales Netzwerk, das in atemberaubender Geschwindigkeit dabei ist, Facebook den Rang abzulaufen. Es bietet die Lösung für alle, die Probleme mit der Datensammelleidenschaft und der Überflutung mit Werbung bei Facebook, Google & Co. haben.

Hier bestimmen die Mitglieder, was passiert und können sich in genau dem Rahmen sichtbar machen, wie sie es wollen, durch Dankbarkeit, Menschlichkeit und Zusammenarbeit. Hier wird keiner mit Werbung genervt, sondern es werden Angebot und Nachfrage zusammengebracht, so dass Qualität und nachhaltige Lösungen sich wieder rentieren. Dankbarkeit, Menschlichkeit und Zusammenarbeit stehen im Mittelpunkt und werden durch unsere Kreativität, unsere Visionen und unser Business zusammen gehalten, so dass Geld zu allen fließt und nicht nur zu wenigen.

Mach mit uns die Welt zu einem besseren Ort. Ich lade dich ein,



September 2015 in allen Tageszeitungen.

Revolution in der Wirtschaft und Finanzwelt !!!

Das Ergebnis der „Neuen Philosophie für Unternehmen“ ist so gigantisch, daß die Neugier der Konkurrenz geweckt ist.

Koblenz 1. Mai 2016

IQ – EQ – SQ als Symbiose und Innovation erleben! Für Unternehmen, die wirtschaftlichen Erfolg trotz Menschlichkeit erreichen wollen!

Durch das Integrieren der Spiritualität in Unternehmen hat Renate Hoffmann-König es in weniger als 5 Jahren geschafft, - daß die Unternehmen im Umgang mit Wertschätzung und Liebe die wirtschaftlichen Erfolge rasant erhöhen konnten, daß die Mitarbeiter mit hohem Bonus belohnt werden und die Lebensqualität sich um 100 % erhöht hat !

Renate Hoffmann-König ist seit über 30 Jahren Selbständige Buchhalterin und Autodidaktische Bewusstseinsforscherin. Daraus entwickelte sie ihre eigene Transformations-Methode: **„Das Möhren-Prinzip“ – Der Königsweg der Transformation**

Sie bringt diese Methode als „Informationsfeld-Analyse“ in die Unternehmen.

In Vorträgen auf Kongressen und Wirtschaftsforen werden Sie als Unternehmer mit der lockeren und humorvollen aber klaren Kommunikation begeistert und motiviert!

Durch ihren Enthusiasmus und die Freude, die Spiritualität und Ganzheitliches Bewusstsein in die Business Welt zu bringen, fordert sie dazu auf:

Laßt die Liebe und die Menschlichkeit in Ihre Unternehmen!



Renate Hoffmann-König
DFT-Unternehmensberatung
Bewusstseins-Forscherin /
Trainerin / Coach

Chefs sollen die Liebe wichtig nehmen

BERLIN | 28.04.2015 | Er ist fast sechzig, sein Scheitel schütter, die Falten und Fältchen in seinem Gesicht sind dafür umso ausgeprägter. Dem Interesse seines Auditoriums tut dies keinen Abbruch. Im Gegenteil – sichtbare Lebenserfahrung schafft Vertrauen und macht neugierig. Allemal auf einen Coach, der Unternehmern – vor allem den männlichen – eindringlich rät, Liebesthemen genauso wichtig zu nehmen wie geschäftliche. Eine Botschaft, die polarisiert!

Robert Heß heißt der Mann, den jetzt viele Dutzend Männer und Frauen im voll besetzten Vortragssaal der IHK Berlin erwartungsvoll anschauen. „Sie können sich auf den Kopf stellen und mit sechs Beinen wackeln“, sagt er, „Privates wirkt sich nun mal auf die Arbeit aus und umgekehrt, im Guten wie im Schlechten. Dass viele Business-Leute das am liebsten ignorieren, vor allem wir Männer, ändert daran nichts. Gar nichts.“ Heß macht eine Pause, lächelt und sagt: „Und wissen Sie was? Das ist eine GUTE Nachricht!“

Und dann erzählt er, der Marketing-Coach, der nach eigener Aussage „auch was von der Liebe versteht“. Was er mit seinem Bestseller „Ich liebe dich gerade“ bewiesen hat. Er erzählt von dem getrennt lebenden Ehepaar, dessen Planungsbüro nur noch die beiden Chefs ernährte statt früher 15 Mitarbeiter, und das nach einer Familienzusammenführung innerhalb von zwei Jahren wieder auf zwölf Mitarbeiter wuchs; von der jungen Frau, die nach zehn Jahren Ehe ihren Mann und ihre Arbeitsstelle verließ, weil sie endlich selbstbestimmt



Sie hat es live erlebt... Mit Petra-Stefanie Madlé die Zielgerade einschlagen

Wien. In den Adern von Petra-Stefanie Madlé (48) fließt französisches und tschechisches Blut. Die Neugierde für fremde Kulturen wurde ihr schon in die Wiege gelegt. Sie kann auf 25 Jahre internationale Berufserfahrung zurückblicken. Sie ist die Expertin, wenn es darum geht komplexe Herausforderung souverän zu meistern.

Bild: Wer nimmt Ihr Coaching in Anspruch?

Madlé: Zu mir kommen Menschen, die Ihre Karriere als Expatriate im Ausland pushen wollen oder eigeninitiativ Auslandserfahrung sammeln wollen.

Bild: Was ist für einen erfolgreichen Start besonders wichtig?

Madlé: Flexibilität! Davon auszugehen, dass woanders alles anders ist, hilft ungemein.

Bild: Können Sie uns dafür ein paar Beispiele nennen?

Madlé: Gerne! Nicken in Bulgarien heißt „Nein“. Mediterrane Länder sind für Frühaufsteher und Pünktlichkeitsfanatiker eine Herausforderung der besonderen Art. Ein „Ja“ in Russland heißt noch lange nicht, dass die Aufgabe auch erledigt wird.

Bild: Welches Land hat für Sie die größte Herausforderung bedeutet?

Madlé: Russland. 850 km südöstlich von Moskau, während der Wirtschaftskrise und des Krieges in Georgien... Wie die Panzer vor meinem Bürofenster vorbeigefahren sind, bekam ich es mit der Angst zu tun.

Bild: Wie sieht ein Coaching mit Ihnen aus?

Madlé: Nun, es gilt den Spagat zwischen des sich Einfindens und des Umsetzens der To-Do-Liste zu meistern, um schnell die Fäden in der neuen beruflichen Situation ziehen zu können. Ich unterstütze Expats dabei, diesen akrobatischen Akt zu planen und Vorort (via Skype) umzusetzen. Interkulturelle Stolpersteine werden so zu Chancen. Ziel ist, dass Standing und Karriere die Zielgerade einschlagen.

Bild: Wie funktioniert das mit der Zielgeraden?

Madlé: Wer sich entscheidet, den beruflichen Umstiegsprozess mit mir zu gehen, ist bestens gerüstet!

Als aktive Fechttrainerin und ehemalige Österreichische Staatsmeisterin zeige ich meinen KundInnen, wie Sie strategische Impulse setzen und zielfokussiert im Prozess bleiben.





Wortflechterinnen-Coach erhält Bundesverdienstkreuz

Die vor 5 Jahren gestartete Coach Susanne Goedeke erhält am 30. Mai das Bundesverdienstkreuz für ihren unermüdlichen Einsatz für das Empowerment von Frauen.

Mit ihrem Aufruf „Sei die Regisseurin in deinem Leben und schreibe das Drehbuch selbst“ im Jahre 2015 löste Wortflechterinnen-Coach Susanne Goedeke ein massenhaftes Umdenken unter Frauen und Müttern aus. In nur 5 Jahren eroberten die Frauen reihenweise Chefetagen

Gefragt nach dem Begriff „Wortflechterin“ sagt sie in einem Interview mit dem Zeit-Magazin: „Worte zu flechten bedeutet, die richtigen Worte zu finden für das, was in das eigene Drehbuch hinein soll. Das klingt erst einmal niedlich, wie Hausarbeit, entpuppt sich aber dann als Waffe.“

Begriffe wie „Frauenquote“ für Unternehmen wurden so nach wenigen Jahren wieder gestrichen, da die Frauen nun selbst über den Anteil an Frauen in den Chefetagen entschieden. Auch Lohnunterschiede werden kaum noch berichtet, das die Gehaltsverhandlungen nun zunehmend von Wortflechterinnen geführt werden.



Raus aus dem Hamsterrad, rein ins Leben



Raus aus dem Hamsterrad, rein ins Leben
In nur 3 Monaten hat Sabine B., 36 Jahre und zweifache Mutter aus dem Raum Aschaffenburg hat es endlich geschafft. Mit viel Lebensfreude und neuem Selbstwert führt sie endlich ein selbstbewusstes Leben. Sie zählt sich nun selbst zu den glücklichen und zufriedenen Frauen.

Carina Seewald – Multitalent und Expertin für Veränderungen im Innen und Außen – inspiriert, begeistert und begleitet Frauen auf dem Weg der Regisseurin ihres eigenen Lebens zu sein. Und durch ihre empathische Art schafft sie es, Frauen davon zu begeistern, selbst wieder zum Gestalter ihres Lebens zu werden. „Statistin oder Regisseurin – wozu würden Sie sich zählen und vor allem, wer wollen Sie sein?“ Mit dieser Frage wurde Sabine B. konfrontiert. Und was zunächst sehr plakativ wirkte stellte sich schnell als der richtige Schritt hin zum Besseren heraus. „Plötzlich erlebte und spürte ich wie es mir stetig besser ging. Immer mehr hatte ich es selbst in der Hand, mich ausgeglichener und glücklicher zu fühlen. Ab da gab es für mich keinen Zweifel mehr: dieser

Ansatz ist genau der richtige für mich“. Und das Paradebeispiel bildet Carina Seewald selbst: nach mehreren Ausbildungen und Neuorientierungen in völlig unterschiedlichen Bereichen hat sich das Multitalent selbst als Expertin für Veränderungen etabliert. Zunächst konnte die gebürtige Unterfränkin sich erst gar nicht vorstellen, dass andere Menschen sich für ihr Angebot interessieren oder begeistern würden. Aber, wie so oft in ihrem Leben, hat sie sich selbst überrascht. Heute ist sie eine überaus erfolgreiche Unternehmerin. Ihre Live-Seminare haben lange Wartelisten, mit ihren Vorträgen füllt sie ganze Hallen. „Es macht mir einfach Spaß, Menschen dabei zu begleiten wie sie wieder Lebensfreude gewinnen und mehr vom Leben haben“ – diese Begeisterung ist der Treibstoff der Carina Seewald immer weiter antreibt. Hunderte von Klientinnen konnte sie dadurch bereits begleiten auf dem Weg in ein selbstbestimmtes und zufriedenes Leben. Und eine davon ist nun auch Sabine B. aus dem Raum Aschaffenburg. Sie fühlte sich lange Jahre weder wohl noch geliebt, war unzufrieden mit ihrem Leben. Zahlreiche Versuche dies zu verändern scheiterten, fast verlor sie deswegen bereits den Mut. „Wäre ich nicht auf Carina Seewald gestoßen, würde ich nach wie vor in meinem Hamsterrad festsitzen“. Stattdessen kann sie nun voller Mut und Zuversicht nach vorne schauen, und dies verdankt sie der unkonventionellen aber sehr erfolgreichen Hilfestellung durch Carina Seewald.

Nicht einfach „kunz & gut.“, sondern „kunz & das beste.“

Der Komponist Georg Friedrich Händels ehrte einst seinen Kollegen Johann Sebastian Bach mit den Worten: „Nicht Bach, sondern Meer hätte er heißen sollen.“

Gestern Abend - bei einem Event der Extra-Klasse im Olympiastadion. Der Saal bebt, die Leute hören nicht mehr auf zu applaudieren, und ich fühle eine so starke Energie, die einem das Gefühl gibt: Sie hört nie wieder auf.

Der Grund für diese großartige Stimmung? Katja Kunz, Inspirations-Coach und Kommunikations-Trainerin, die durch Ihre immer wieder einzigartigen Vorträge zeigt, wie einfach es für jeden sein kann, ein glückliches Leben zu führen.

Glück ist nichts, was man auf der Straße findet, sondern das, was jeder aus seinem Leben macht. Die eigene Einstellung zum Leben und eine positive Sicht auf die Welt kann einfach sein - und das Tolle ist: Jeder kann sich selbst dafür entscheiden, somit ist jeder für sich selbst verantwortlich! Egal, was Du erreichen willst, alles liegt in Dir selbst, wenn Du nur auf Dich vertraust. Oder wie eine von Katja Kunz' Kernaussagen nach Oscar Wilde lautet: „Sei Du selbst, alle anderen gibt es schon.“

Doch was ist das Besondere an diesen Aussagen, die man so oder ähnlich immer mal wieder gehört hat?

Es ist die Person, die sie vermittelt. Katja Kunz. Sie gründete Ihre Firma kunz & gut. in 2012 und inspiriert seitdem als Coach und Trainerin Menschen dazu, ganz einfach sie selbst zu sein. Sie arbeitet sowohl mit diversen namhaften Firmen als auch mit Privatpersonen. Ihre NLP-Ausbildungen und Seminare sind auf Jahre hin ausgebucht. Ihr Charme, ihre Ausstrahlung gepaart mit ihrem Humor geben jedem einzelnen Teilneh-

mern Ihrer Seminare und Vorträge das Gefühl, ganz persönlich angesprochen zu sein und sich selbst verwirklichen zu können. Oder wie eine Teilnehmerin nach dem Vortrag zu mir sagte: „Ich will das Beste? Dann gehe ich zu kunz & gut.“



2. Mai 2020



SENSATIONELLE ERKENNTNIS:

AUCH DIE EIGENEN ELTERN WERDEN ÄLTER!

Quelle: Wikipedia

FAMILIENKONFERENZ BRINGT DIE LÖSUNG



Petra Schlitt, Angehörigencoach aus Frankfurt am Main ist überglücklich: Immer mehr Menschen akzeptieren, dass auch die eigenen Eltern älter werden.

Im Blog PetraSchlitt.de unterstützt sie schon seit fünf Jahren Menschen dabei, ihre Eltern mit neuen Augen zu sehen.

„Die Beratung bei Petra Schlitt hat mir sehr geholfen: Endlich weiß ich, warum sich meine Eltern so merkwürdig verhalten. Seitdem verstehen wir uns viel besser“, sagt Sabine K. aus Köln.

KONZENTRATION AUF DAS WAS NOCH GEHT

„Besonders wichtig für mich war die Erkenntnis, dass ich mehr auf das schaue, was noch geht. Das hat das Verhältnis zu meinen Eltern sehr entspannt“, so Jutta H. aus Mainz. „Und“, so fügt sie hinzu, „dass ich auch das Recht habe, gut für mich selbst zu sorgen.“

Unerklärlicher Aufschwung im Ruhrpott

Elke Dola bringt das goldene Zeitalter zurück in die Kohleheimat.

30.04.2018

Von Karlson Kolumna

Bild: Wie ist Ihnen dieser Umschwung vom siechenden, grauen Pott in dieses Kleinod gelungen, Frau Dola?

E. Dola: Das war gar nicht so schwer. Ich habe den Bewohnern im Ruhrgebiet gezeigt, dass jeder, wirklich jeder WIRKEN kann und zwar so wie er möchte und was jeder Einzelne be-wirken kann.

Bild: Ja gut, aber das bringt ja noch kein Geld in die Kassen und das bei dieser Haushaltslage!

E. Dola: Nein, dafür haben die Menschen nach dem Coaching bei mir dann selbst gesorgt, ich habe sie lediglich auf die Spur gesetzt, ge-wirkt und be-wirkt haben sie dann allein. Sie haben eingesehen, dass man mit Sturheit und Ablehnung allem Neuen gegenüber zwar so weitermachen kann aber bestimmt nicht wachsen kann und nicht bewegen wird.

Bild: Was genau ist passiert, was machen Sie mit den Menschen im Coaching?

E. Dola: Wünsche produzieren! Ich hole die Wünsche –also die wahren Wünsche an die Oberfläche und dann zeige ich, warum sich diese bisher nicht gezeigt haben oder was die Wunscherfüllung verhindert hat. Oft merken meine Coachees dann erst, dass sie bisher noch nie ihre eigenen Wünsche und Ziele verfolgt haben, sondern die von Eltern, Vorgesetzten,



Partnern, Nachbarn und Freunden. Sie sind dann total entsetzt über sich, merken aber auch schnell, dass das geändert werden muss.



Bild: Aha und was hat das mit Wirkung zu tun?

E. Dola: ALLES! Alles hängt genau davon ab. Ihre Glaubenssätze, Ihre Erwartungen, Ihre Meinung, Ihre Haltung. Die innere und die äußere Haltung spiegeln genau das wieder, was Sie sind. So sieht dann Ihre Körpersprache aus, so sieht dann Ihr Gesicht aus. Und ich möchte keine herunterhängenden Mundwinkel und gehetzte, mürrische Gesichter mehr sehen, wenn ich durch die Stadt gehe.

Bild: Warum stört Sie das?

E. Dola: Weil ich weiß, dass Körpersprache Ihre Gedanken ändert und nicht umgekehrt und meine Coachees wissen das nun auch.



Give me the magic 5

Kein Wunder das Judith Krause mit Ihrem Impuls Booster als einer der Höhepunkte der Management Circle Themenwoche angekündigt wurde. Mitreisend mit Strahlkraft und Charme hat Sie dem Publikum als Geschenk die „Magic 5 Diamanten“ ihrer Erfolgskrone mitgebracht. BEWEGUNG macht erfolgreicher, konzentrierter, leistungsfähiger, schneller, gesünder und gelassener...wollen wir doch alle und am besten im Dauer -Abo.

Das es geht und zwar mit Leichtigkeit und viel Begeisterung durfte das Publikum beim Impuls Booster „Crown your style with a smile“ von Judith Krause erfahren.

Eigentlich sollte uns diese Info mit Stolz erfüllen: Jeder Mensch besitzt rund 100Milliarden Gehirnzellen...Doch kaum einer nutzt dieses Potenzial!

...Skeptiker werden sagen und was nutzt uns das?

Dazu kamen die Teilnehmer in im Münchner Inspiration Forum nicht. Stattdessen hat Judith Krause Ihnen keinen Moment zum Nachdenken gegeben. Schon in den ersten Minuten war der Bann gebrochen:

Mit „viel Bewegung und herzlichem Lachen

im Raum“ flogen Bälle quer durch die Luft und die sonst eher zurückhaltenden Teilnehmer waren plötzlich im intensiven Austausch mit Ihren Nachbarn und nur schwer durch eine Musikeinblendung zu stoppen. Mit Kreativitäts-Training zum Unternehmens und Lebenserfolg, damit hat sie sich in den vergangenen 10 Jahren bei Ihren Kunden als Trainerin und Coach unentbehrlich gemacht. Überaus sympathisch, immer ein strahlendes Lachen und jederzeit für eine Überraschung gut.

Jeder erkennt fast automatisch, wie sich durch Kreativitätstraining unterbewusst 360° Veränderungen in allen Lebensbereichen vollziehen. So konnten die Zuhörer gegen Ende des Abends erfahren, das auch Sie jahrelang im Hamsterrad gelaufen ist, auf der Suche nach Erfüllung: super Job, gut bezahlt, viel gesehen von den Welt, immer in den besten Hotels übernachtet, sozusagen von einem Highlight zum nächsten frei nach dem Motto: schneller-höher –weiter

„Das Hamsterrad sieht von Innen aus wie eine Karriereleiter, bis ich erkannte das ich im Kreis laufe“.

Das ist heute die Basis Ihres Erfolges, die sie mit Überzeugung in jeder Sekunde ihres Lebens lebt.

„das Leben ist rund und bunt“

Was das heißt, konnte der ein oder andere erleben, als jeder Teilnehmer sein ganz persönliches Lebensrad entwickelte.

Ein einfacher Indikator um den persönlichen Grad der Zufriedenheit in den unterschiedlichsten Lebensbereichen, wie z. B. Beruf, pers. Weiterbildung, Freunde, Partnerschaft, Reichtum/Wohlstand, Gesundheit, Vitalität, Freizeit.

Schnell wird klar, wo das Rad gerade nicht „rund“ läuft...Also Luft nach oben ist.

So war es nur die letzte Konsequenz, das am Ende des Impuls Boosters „Crown your style with a smile“ neben den 5 Lebens-Erfolgsgaranten jeder Teilnehmer ein tief zufriedenes Lächeln mit nach Hause nehmen durfte.

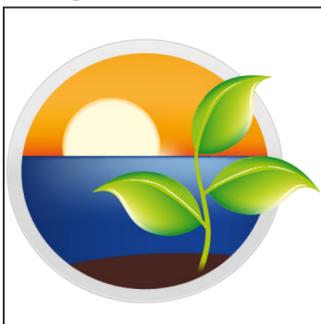
Der Führerscheinengel vom Siegerland

Die MPU steht bevor?

Mit viel Gas und wenig „Sprit“ verhilft Stefanie Utsch-Jacobi seit über drei Jahren den Verkehrssünder

wieder zu Ihrem Führerschein. Wie früher in der Schule vergrößert eine optimale Vorbereitung erheblich die MPU-Begutachtung so erfolgreich zu bestehen, dass der Schein dem sündigen Fahrer weiterhin erhalten bleibt. Dabei verhilft Stefanie Utsch-Jacobi mit ihrer Individuellen psychologischen Beratung auf ganz ruhiger Art und Weise

und geht auf die Problematik der Klienten ein. Ziel ihrer Beratung ist es neben der Neuerteilung der Fahrerlaubnis auch die Zukunftsperspektive zu bearbeiten um das kleine neuen Verkehrsauffälligkeiten geschehen werden. Fehlende Einsicht und Änderung in Einstellung und Verhalten oder nicht stabil genug, sind die Rückfallquoten hoch, Stefanie Utsch-Jacobi kann jedoch eine sehr gute Erfolgsquote aufweisen, sodass sogar die Verkehrsbehörden aus dem Umkreis die Klienten zur Ihr vermitteln und bei besonderen Fällen auch ihren Rat benötigen.



Bald

kannst auch DU dein Leben leicht und frei genießen!

Wir haben sie für dich gefunden:

Silke Kitzmann - die Frau der Stunde!

Immer wieder erreichte n uns in letzter Zeit begeisterte Leserbriefe: „Nach 5 Jahren des Streits habe ich dank der Arbeit mit Silke endlich meinen Frieden mit meinem Bruder gemacht!“ (Karin aus Z.)

„Nach Jahren eines Enge-Gefühls im Brustbereich fühle ich mich heute wieder kraftvoll und frei! Ich bin voller Energie und tue, wozu ich Lust habe! Danke, liebe Silke, für deine wundervolle, einfühlsame Arbeit! (Sabine aus B.) „Ich bin so glücklich! Nach der Sitzung mit Silke hat sich in meinem Leben einiges verbessert. Mein Freundeskreis hat sich nach und nach verändert - endlich fühle ich mich richtig gesehen und wert geschätzt!“ (Annette aus K.)

„Ich wusste nicht mehr weiter! Ich habe alles für meine Familie und meine Freunde gegeben. Aber sie wollten immer noch mehr! Dank Silkes Coaching traute ich mich bereits nach 1-2 Sitzungen, auch einmal „NEIN!“ zu sagen und den Ansprüchen meiner Lieben eine Grenze zu setzen! Sie hat mir bewusst gemacht, wie ich gut für mich sorgen kann. Es fällt mir nun viel leichter, auch einmal etwas abzulehnen!“ (Angelika aus H.)

Diese Frau wollen wir kennenlernen! So haben wir Silke Kitzmann in ihrer Praxis „Energie in Harmonie“ in Büttelborn (bei Darmstadt) für DICH aufgesucht!

Lächelnd begrüßte uns eine sympathische, bodenständige Frau mittleren Alters. Hier ein kleiner Auszug ihrer Antworten auf unsere Fragen. (Den vollständigen Artikel lesen sie bitte auf Seite 5.)

* Silke gehört keiner bestimmten Religion an. Um von ihrer Arbeit zu profitieren braucht es

keinen bestimmten Glauben, nur Offenheit und die Bereitschaft, sich auf ihren „etwas anderen“ Weg einzulassen.



Energie in Harmonie
**Praxis für geistiges Heilen/
energetisches Coaching/ Reiki**
Silke Kitzmann
www.silkekitzmann.de

arbeitet: vor Ort, Telefon, Skype

**BERLINER
KURIER**

Bianca Schiller

- ihre Vision ist Realität geworden

2015 machte sie uns in einem ersten Interview mit ihrer folgenden Vision vertraut:

„Ich stell mir eine Welt vor, in der jeder einzelne Mensch realisiert, welche Kraft in ihm steckt; wie viele Möglichkeiten er hat, sein Leben selbst in die Hand zu nehmen, durch kleinste Abweichungen, großes zu bewirken.

Ein neuer Gedanke wird ein Anfang sein...“

Heute, nur vier Jahre später kann sie mit ruhigem Gewissen und großer Freude sagen, dass sich ihre Vision in die Realität verwandelt hat. Als Heilpraktikerin für Psychotherapie und Therapeutin für lösungsorientierte Trauerbegleitung hielt sie die Türen ihrer Praxis Coachingnest in Berlin-Weißensee immer offen für trauernde Menschen. Menschen, die einen Verlust erlitten haben, ob privat, gesundheitlich oder beruflich – Trauer ist so vielfältig! Mit viel Empathie und ihrer Liebe zu den Menschen hat sie Impulse gesetzt und in jedem Einzelnen einen kleinen neuen Gedanken mit ans Licht der Welt gehoben.

Und nach dem Motto „Veränderst du dich, verändert sich deine Welt“ sind diese Menschen rausgegangen, haben durch - manchmal auch kleinste - Veränderungen in ihrem Leben zurück gefunden zu Glück und Freude. Und wie der Stein ins Wasser geworfen, Kreise zieht, so ziehen Veränderung eines Menschen in seinem Leben ebenfalls Kreise, und diese Kreise berühren andere und so weiter...

Am heutigen Tag wird Bianca Schiller dafür geehrt, dass sie sovielen Menschen beistand, sie ein Stück ihres Weges begleitete und ihnen dadurch verhalf, in die Lust und die Freude am Leben

zurückzufinden. In aller Bescheidenheit sagt sie heute zu der Ehrung: „Ich bin dankbar, doch ich bin nicht diejenige, die diese Ehrung verdient hat. Alle diejenigen, die sich aufgemacht haben, ihr Leben/sglück selbst in die Hand zu nehmen, die sich getraut haben, eine kleine Abweichung in ihrem Leben zuzulassen, die realisiert haben, wie viel Kraft in ihnen steckt... all diejenigen haben jede/r einzelne von ihnen haben diese Ehrung verdient!“



LIFE Style Men's Health



Life Coach B. Ilibagisa Krüger

Herzensflüsterin B. Ilibagisa Krüger coacht deutsche Männer glücklich

Frau Ilibagisa Krüger, warum haben Sie gerade bei Männern soviel Erfolg?

„Vermutlich weil ich Ihre Sprache spreche.“

Was ist besonders wichtig beim coachen von Männern?

„Klarheit, viel Humor, Offenheit, ehrliches Interesse an „Männerkram“ und eine große Portion an Warmherzigkeit und Sanftheit, wenn es ans Eingemachte geht. Sie dürfen keine Scheu haben hinter die Fassade zu blicken und sollten unerschrocken Mauern überwinden.“

Sind die Bedürfnisse von Männern wirklich so anders?

„Ja und Nein. Ich denke Männer haben wie Frauen im Allgemeinen das Bedürfnis nach Glück, Zufriedenheit, Wohlbefinden und Liebe.“

Doch in der Regel formulieren und erleben es Männer anders. Dies mag an der Erziehung und Prägung liegen, oder an der genetischen, sowie hormonellen Disposition. Zu 99% antworten Männer auf meine Frage: Was wünschst du dir von ganzen Herzen? „Freiheit!!“ - Frauen hingegen mit: „Glücklich sein“.

Also der Aussteigertraum von einer Weltumsegelung oder einsamen Hütte in den Bergen?

„Meiner Erfahrung nach verbirgt sich hinter diesem Wunsch nicht nur

ein simpler Easy Rider Traum.“



Life Coach mit Klarheit, viel Humor und ehrlichem Interesse an „Männerkram“...

Es ist die vielmehr die tiefe Sehnsucht nach Selbstbestimmtheit und Freiraum für sich selbst.

Männer wollen endlich dem Druck und ständigem Konkurrenzkampf entfliehen, ohne dabei vermeintlich ihre Männlichkeit zu verlieren. Statt dauernd zwischen Stereotypen wie Frauenverstehers, Mackerseins, Senkrechstarter, Superdaddy und allzeitbereiter Stecher zu hecheln sehnen sie sich einfach ausgedrückt nach: Endlich-Sich selbst sein!“

Halten Sie sich für eine Männerversteherin?

Hahaha, naja ich bin vielleicht eher eine Menschenversteherin. Warum

auch immer, Männer vertrauen mir sehr schnell und fühlen sich von mir auf eine ganz besondere Art und Weise verstanden, was mich sehr ehrt und beglückt.

Vielleicht liegt es daran, dass ich schon immer Jungs und Männer sehr spannend fand. Ich schätze sehr Ihre Stärke, Ihren Mut, Ihre Hartnäckigkeit und natürlich ihren Spieltrieb. Seit frühester Kindheit durfte ich oft die „beste Freundin“ sein- und seitdem habe ich privat wie beruflich viel Einblick in das innere, oft versteckte männliche Gefühlsleben bekommen dürfen.

Typischerweise suchen Männer oft zu spät, also im Stadium von Burnout oder Depressionen einen Life Coach auf?

Das stimmt. Vermutlich weil Sie dann keine Wahl mehr haben. Meine Arbeit liegt dann hauptsächlich darin, nebst stabilisierenden Maßnahmen Ihnen aufzuzeigen, dass ganz andere Themen sie in diesen Ausnahmezustand geführt hat.

Wie meinen sie das?

Oft sind nicht die andauernde Überforderung der Grund, sondern vielmehr „Ein zu viel von dem was Mann muss, und zu wenig von dem was Mann sich wünscht“.

Erschreckend ist es auch wie sehr Männer in Deutschland unter innerer Vereinsamung leiden. Noch immer herrscht eine gewisse Sprachlosigkeit. Dadurch führen z. B. Angst vor Verletzung, mangelndes Selbstbewusstsein oder nicht geheilte Kindheitstraumen, zu ständigen Auseinandersetzungen in Beziehungen. Speziell im Job kämpfen Männer sehr mit den Reaktionen aus Ihrem Umfeld weil Sie sich ihrer Fremdwahrnehmung zu wenig bewusst sind. Sie sind meist völlig erstaunt, dass Ihr

Verhalten vom Umfeld als Kälte, Hartherzigkeit, schlimmstenfalls Ignoranz und Feigheit wahrgenommen werden könnte.

Coachen Sie lieber Männer oder Frauen?

Nein. Im Grunde muss die Chemie passen. Ich liebe sehr meine Arbeit mit Frauen. Das ich viele männliche Klienten begleite, ist natürlich ein enormer Bonus für mein Coachingtätigkeit mit Frauen und unschätzbare wertvoll für mein Beziehungscoaching mit Paaren.

Anstatt zwischen Stereotypen wie Frauenverstehers, Mackersein, Durchstarter, Superdaddy und allzeitbereiter Stecher zu hecheln sehnen sich Männer, einfach ausgedrückt, nach Freiheit!!!





Deutschlands Frauen haben keine Figurprobleme mehr!

Gestern Abend zu Gast bei „DAS“ im N3 auf dem „Roten Sofa“ mit Bettina Thietjen im Interview.



Mit 120 kg startete Sandra Cugier ihre Karriere als Wunschgewicht-Expertin. Ersteinmal Expertin für sich um knapp 40 kg Gewicht abzunehmen. In dieser Zeit setzte sie sich intensiv mit Ernährung und Psyche auseinander. Nach Ausbildungen zur Ernährungsberaterin, Hypnotiseurin und Psychologischen Beraterin machte sie sich dann auf den Weg unzähligen Frauen zu ihrem Wunschgewicht zu verhelfen. Zu Gast bei Bettina Thietjen auf dem „Roten Sofa“ erzählte sie: „Den meisten Frauen fehlt schlicht Selbstwertgefühl, Selbstachtung und eigene Wertschätzung.“ Mit dem sensationellen „Mit Freude zur Leichtigkeit Programm“, welches im Buchhandel schon als Bestseller in den Regalen liegt, wird jede Frau ihr Wunschgewicht erreichen. Ab dem 22. August 2015 wird Sandra Cugier auf RTL in 10 Folgen als „Die Figurformerin“ zu sehen sein. Sie werden die sanfte Verkäuferin aus Emmelshausen sehen, die burschikose Lehrerin aus München und andere. Wir sind gespannt!

Star-Fotografin mit dem riesigem Herz für Nachwuchs-Musiker



Ihre Leidenschaft ließ sie nie los - es war ihr ein Herzenswunsch Kreative, Musiker und Künstler mit ihren Fotos sichtbar zu machen. Nach Jahren wagte sie den Schritt in die Selbständigkeit als professionelle Fotografin und ihr Bekanntheitsgrad stieg rasch. Die nationale und später auch die internationale Presse wurde auf sie und ihre Bilder aufmerksam. Die Star-Fotografin Christiane Neupert hat sich zur Aufgabe gemacht, noch unbekanntem Künstlern in den internationalen Medien ein Gesicht zu geben, sie der Welt zu zeigen, damit sie auch bald von aller Welt gehört werden. Viele Menschen vertrauen sich immer wieder ihr und ihrem geschulten Auge an und der Erfolg gibt ihr Recht, denn nicht nur einmal ebnete sie mit ihren Aufnahmen und den Erfahrungen, die Sie über die vielen Jahre gesammelt hatte, den Weg zur Spitze der Charts.



12.000 Besucher der Lanxess-Arena / Köln in Trance

Vom Newcomer zum Senkrechtstarter Ingo Heitzer, Entspannungscoach aus Köln lässt 12.000 Besucher der Lanxess-Arena in Schlaf sinken.

Wer hätte das gedacht? Ingo Heitzer, Entspannungscoach aus Köln erfüllt sich seinen Lebenstraum und bietet den Besuchern der „Trance-Challenge 2015“ ein nie dagewesenes Spektakel!

„Mein größter Wunsch war immer, einmal die Lanxess-Arena in Köln mit 11.998 Plätzen zu füllen, um den Menschen zu zeigen wie wohltuend und entspannend eine angeleitete Trance sein kann“, sagt mir Ingo Heitzer im anschließenden Interview.

„Das mein Event aber so eingeschlagen ist, davon konnte ich nur träumen, bis auf den letzten Platz waren alle Karten ausverkauft, zwei Gäste mussten sogar in die Toiletten-Räume weichen um über die Lautsprecher meiner angeleiteten Trance zu folgen“!

Wie kam es dazu Herr Heitzer, das Sie sich für solch eine unfassbare Idee entschieden haben, die komplette Lanxess-Arena in Köln für Ihre Trance-Challenge 2015 anzumieten?

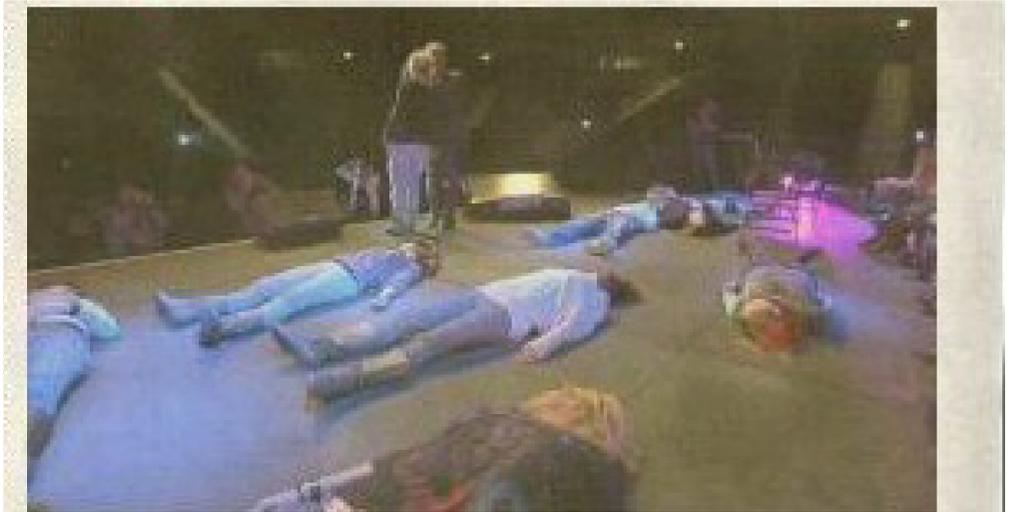
„Wissen Sie, bis vor 9 Monaten war ich in der Trainer-Landschaft ein NowBody...keiner nahm Kenntnis von mir. Ich organisierte das ein oder andere Entspannungs-Event in Köln aber den richtigen Durchbruch hatte ich bis dato nicht erreicht, bis mir der Satz -Nur wer groß träumt, wird auch großes erreichen- quasi wie über Nacht, in meine Gedanken stieß. Wieso immer nur 6-12 Menschen die heilsame Wirkung einer Tieftrance zukommen lassen wenn die Kölner Räumlichkeiten viel mehr Potential haben? Aber mit so einem riesen Erfolg hätte ich nicht gerechnet!“

Herr Heitzer, wie wird es den nun nach diesem Meega-Event für Sie weitergehen? Bleiben Sie weiterhin Restaurantleiter bei der deutschen Bahn oder widmen Sie sich jetzt voll und ganz Ihrer Passion, Menschen stark zu machen gegen den alltäglichen Stress und vor Allem:

Werden wir in der Zukunft noch mehr von Ihnen hören, da Sie nun in aller Munde sind!?

„Ach' wissen Sie, mein Motto ist nie gewesen „Schuster bleib bei Deinen Leisten“, ich bin immer auf der Suche nach neuen und spektakulären Ideen wie sich Entspannung leichter in den Alltag integrieren lässt. Die ein oder andere Idee schwelt schon und wer weiß, vielleicht plane ich ja in diesem Jahr schon das nächste, noch größere Event“.

Ich möchte mich an dieser Stelle recht herzlich für das Interview bei Ihnen bedanken Herr Heitzer und werde zu gegebener Zeit wieder von Ihnen berichten.



Den Chiemgau erleben mit dem Liegedreirad

Es ist Frühling und da ist endlich wieder Fahrrad fahren angesagt. Mit meinem Fahrrad hat es ja eine ganz eigene Geschichte. Seit fast 20 Jahren kann ich ja nicht mehr auf einem ganz normalen Fahrrad fahren. Ich habe Gleichgewichtsstörungen und wenn man beim Fahrrad mal runter fällt, dann kann man sich ganz furchtbar verletzen.

Als mir das klar wurde war ich am Anfang ganz furchtbar deprimiert. So lange Reisen mit dem Fahrrad in Frankreich an der Westküste, in Dänemark nach Kopenhagen und quer durchs Land,... sollte es das alles nicht mehr geben??

Da erzählte mir eine Freundin, dass es bei uns einen Laden gibt, wo es alles gibt nur keine normalen Fahrräder. Da musste ich hin. Dort zeigten sie mir Dreiräder, mit denen man nicht umfallen konnte. Liegedreiräder mit einer tollen Gangschaltung, einen Rückspiegel und vielen Extras. Jaaa, so etwas wollte ich haben!

Und was man alles damit machen konnte! Radtouren in die Berge und zu den vielen Seen!

Und das alles kann man jetzt bei mir buchen. Es sind tatsächlich viele Liegedreiräder, die das angesprochen hat. So entsteht hier ein Markt der einzigartig ist.





trifft die Matrix-Queen

Der Atlantik schimmert tiefblau. Das Thermometer zeigt morgens um acht milde 21 Grad. Wir treffen die Matrix-Queen, Anette Seidler, vor ihrem Lieblings-Café in El Medano, auf der spanischen Insel Teneriffa. In einer Stunde trifft sie ihre Kundin, die den „Heilurlaub auf Teneriffa“ bei ihr gebucht hat.

„Manchmal muss ich mich kneifen, um zu glauben, dass das alles wahr ist. Ich lebe und arbeite dort, wo andere Urlaub machen... habe das Meer und den Strand vor meiner Haustür. Ich bin ein echtes Glückskind“, sagt sie strahlend.

Im März 2014 ist Anette durch eine Kundin das erste mal nach Teneriffa gekommen und hat sich sofort in die Insel verliebt.

„Das war Liebe auf den ersten Blick, ich fühlte mich sofort wie Zuhause. Die Insel hat eine magische Energie“, erzählt sie. Als Anette 6

Wochen später wieder nach Deutschland fliegt, steht für sie fest, ich will für immer Sonne, Strand und Meer! Zunächst bucht sie für den nächsten Winter einen One-Way- Flug für 4 Monate nach Teneriffa um vor Ort „alle Felder zu manifestieren“ die sie haben möchte!

Lachend erklärt sie uns...

„Es ist ganz einfach sich das Leben so zu kreieren, wie man es haben möchte. Die meisten Menschen wissen nicht, wie viel Potential sie in sich tragen, um alles SEIN, TUN und HABEN zu können.

Du brauchst nur deine Absichten zu formulieren, dich in die Situation einfühlen und schon bringt „die Matrix“ dir alles was du haben möchtest!“ Die Matrix-Queen weiß wovon sie redet, denn seit über 20

Jahren macht sie Bewusstseins-schulungen und erinnert die Menschen wieder an ihr uraltes innewohnendes Wissen!

„Das Heilklima auf Teneriffa ist hervorragend dafür geeignet, dem Alltagsstress zu entfliehen, die Seele baumeln zu lassen und die „Magie der Moleküle“ kennenzulernen. Du kannst deinem wahren Selbst wieder begegnen, dich neu entdecken, und wenn du wieder nach Hause fliegst, bist du nicht mehr der, der du vorher warst“, sagt Anette lachend.

PS: Als ich mich von Anette verabschiede, spüre ich eine Leichtigkeit in mir, die ich vorher noch nicht gekannt habe... ob das mit den „magischen Molekülen“ von Anette zu tun hat ...



NICOLE THIEME: Die Frau, der Frauen in Führungspositionen vertrauen



In den deutschen Führungsetagen werden die zarten und seltenen Pflanzen der Gattung Frauen in Führungspositionen von einst immer größer und erblühen in ihrer vollen Pracht!



Wie kommt das? Einen wesentlichen Beitrag dazu hat sicherlich Nicole Thieme geleistet. Vor knapp drei Jahren startete sie mit Thematik ihre Online-Akademie: „Kluge Frauen führen menschlich!“, in der sie weibliche Führungs(nachwuchs)-Kräfte darin ausbildet, ihren eigenen persönlichen und erfolgreichen Führungsstil zu finden. Die Frauen haben Vertrauen zu ihr, denn Nicole Thieme hat eine entsprechende Ausbildung sowohl als Fachtrainerin für Business & Consulting als auch für psychologische Beratung und was noch viel wichtiger ist: sie war selbst über 10 Jahre Führungskraft und hat dadurch jede Menge eigene Erfahrungen und geballtes Wissen, das sie bereitwillig mit Charme, Humor und Empathie ihren ‚Thematikern‘ vermittelt. Inzwischen finden Sie Nicole Thieme auch als Rednerin und Trainerin bei zahlreichen Veranstaltungen und Seminaren zu diversen Themen, die Frauen in Führung interessieren und sie sicherlich noch zufriedener und erfolgreicher machen.

Hamburger Abendblatt

Erziehung ist out. Beziehung ist in Lehrer gehen zurück auf die Schulbank

Hamburg. Wer ist dieser Mann, den die Kinder so lieben? Er wirkt cool und gelassen.

Olaf Gülzow, Vater von drei erwachsenen Kindern, aus Hamburg beschreibt sich so. Ich bin kein Lehrer, ich bin kein Erzieher, ich bin Mensch und im Herzen ein Kind. Ich bin ein Kinderflüsterer aus Leidenschaft.

Warum vertrauen ihn Kinder und Jugendliche auf sein Wort? Er spricht die Sprache der Kinder. Er geht mit Ihnen auf Augenhöhe, er geht mit ihnen in Beziehung. Er nennt es Beziehung statt Erziehung.

Seit nun mehr als drei Jahren ist Olaf Gülzow in Hamburger Schulen unterwegs und berichtet auf Elternabenden von seiner Arbeit und seiner Vision von einem anderen Umgang mit Kindern und Jugendlichen. Zunächst waren die Eltern und Lehrer aus dem kühlen Hamburgs sehr skeptisch, wenn Olaf von Machtstrukturen in der Schule, Vertrauen zu Lehrern und der „Gewaltfreien Kommunikation“ sprach. Auch der Umgang zu Hause ist ein Schlüsselmoment in der kindlichen und schulischen Entwicklung.

Kinder sind die Erwachsenen von morgen, daher ist es förderlich den Kindern schon früh ein Gefühl von Verantwortung und Selbstbestimmung bewusst zu machen. Alte Sprachmuster der Eltern, sind oft Sprachmuster der eigenen erlernten Kindheit.

In Zeiten von Burnout und hoher Arbeitsbelastung, sind Psychotherapieplätze auf Monate ausgebucht. Nur wenige Erwachsene schaffen es alleine aus einer Krise gestärkt heraus zukommen. Sie haben es vielleicht nie gelernt Selbstbestimmt zu leben. Daher erfreut auch der Beruf des Coaches, wie wir es früher nur aus dem Land der unbegrenzten Möglichkeiten kannten, immer größerer Beliebtheit. Warum sollte es dieses Angebot nicht auch für Kinder geben. Kindgerecht, Ehrlich, Vertrauensvoll und mit einer klaren und wertfreien Kommunikation. Heute unterrichtet Olaf Gülzow, in vielen hamburger Schulen auch Lehrer und Eltern in Fach „Gewaltfreie Kommunikation“. „Hier gibt es keine Noten“ sagt Olaf „...doch ohne Hausaufgaben geht es nicht.“

In seinem neuen Buch, „ Zurück in die Kindheit“ beschreibt Olaf Gülzow sehr anschaulich, welche Entwicklungen für Schule, Lehrer, Eltern und Kinder möglich ist, wenn wir auf Augenhöhe gehen mit Kindern gehen und ihnen Vertrauen und Liebe erfahren lassen und welchen Nutzen diese Entwicklung für eine erfolgreich und hygienische Ökonomie hat.

Wer mehr wissen möchte über das Projekt. Gewaltfreie Kommunikation in Schule und Familie, ist herzlich eingeladen, Mittwochs von 18.00 bis 19.30 Uhr in der „Motesouri-Schule“ am Kupferdeich, kostenlos an einen Kommunikations-Workshop teilzunehmen. Bringen sie gerne Ihre Kinder mit.





Sie kämpft wie eine Löwin für Menschen mit Übergewicht

Zur Person:
Alexandra Müller-Ihrig hatte als ehemalige Übergewichtige, den Mut zur Wende.
Mit erst 39 Jahren entschloss sie ihrem Körper eine neue



Figur zu geben. Bis dahin hatte sie unzählige Diäten und Kuren ohne bleibenden Erfolg hinter sich gebracht. Jetzt war der Wunsch entscheidend: • mit den Kindern beim Spielen Schritt halten zu können • sich in ihrem Körper zu Hause zu fühlen • und vorallem gesund zu bleiben

Wie schafft man so einen Erfolg?
28 Kilo Fett weg !

Wenn ich eins in meinem Leben gelernt habe ist es, dass Diäten dick machen. Es tut weh, nach einer gescheiterten Diät, von Freunden, Kollegen oder Bekannten belächelt zu werden. Es tut weh, sich auf Fotos hässlich zu finden und es ist sehr schmerzlich immer nur die 2. Wahl zu sein. Ich habe mir mein Erfolgskonzept, um schlank zu werden, selbst kreiert. Dank meines Studiums zur Ernährungsberaterin weiß ich, wie der Körper funktioniert und warum Diäten dick machen. Dieses Wissen gebe ich an meine Klienten weiter, damit sie durch Wissen schlank werden. Ich vermittele mehr als Worte und Wissen, ich motiviere und inspiriere gesundes Essen, ohne auf den natürlichen Spaß am Essen zu verzichten.



Die Lebenssituation meiner Klienten wird bei der Beratung zu meiner eigenen. Tipps und Tricks lassen erkennen, wie einfach abnehmen sein kann. Ich möchte, dass die Betroffenen wirklich erfolgreich sind und den Teufelskreis der Diäten verlassen. Dafür kämpfe ich für sie, wie ein Löwe.

Mit meinem 12 Punkte Programm möchte ich meine Erfahrungen weitergeben und allen Übergewichtigen den Mut zur Wende geben.



Revolution des Frauenbilds mit Kraft und Wohlfühl erobern Frauen die Welt

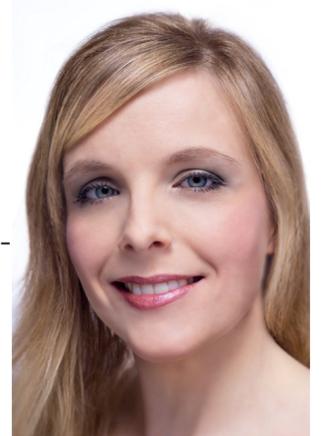
Was ist nur los mit den Frauen von heute? Wo sind die perfekten Körper in Kleidergröße Zero nur geblieben!
Wo ist unser "gutes altes" Schönheitsideal hin, dem die Frauen versuchten hinterher zu hecheln?
Wo ist sie hin die Perfektion, die Sucht nach der perfekten Zahl auf der Waage?
Ich bin geplättet, den wohin ich auch blicke und mit wem ich auch spreche, Frauen aus aller Welt lieben ihren Körper und fühlen sich gesund, glücklich und ausgeglichen. Sie leben ihren Traum und verwirklichen ihre Ziele mit Leichtigkeit! Woher haben diese Frauen nur diese Idee?



Alex Broll ist die Frau der Stunde! Sie verleiht den Frauen wahre Flügel!
Sie ist DIE Ikone der Wohlfühl-Bewegung! Sie steht für "gesunde Leichtigkeit im Leben" und verbindet Fitness und Bewegung mit Persönlichkeitsentwicklung in allen Lebensbereichen. "Liebe Deinen Körper, nutze die Energie der Bewegung und erlebe die unendlichen Weiten Deiner Fähigkeiten", das ist ihr Motto, und dem folgt sie selbst schon seit Jahren. Strauchelte Alex Broll früher selbst mit ihrem eigenen Erscheinungsbild, fand sie schließlich ihren Weg aus dem Tief heraus in ihr persönliches "WANSIN-Life" (Wunderbares, Ausgefülltes, Nie langweiliges, Sinnvolles, Inspirierendes und Nachhaltiges Leben). Sie lebt, was sie lehrt und hat schon 100000 Frauen und Müttern mit ihren Online-Akademien, Live-Events und Coaching-Programmen den Weg zu deren "WANSIN-Life" gezeigt.

Die Frauenwelt steht Kopf! Die Einzigartigkeit des eigenen Körpers wird zum gesellschaftlichen Frauenideal. Frauen treiben Sport, weil sie die positive Energie und Power nutzen wollen. Anstatt sich zu quälen, eines Schönheitsideals wegen! Töchter erleben ihre Mütter als glückliche Frauen und lernen bereits im Krabbelalter, was es heisst ein "WANSIN-Life" zu leben! Mütter verleihen ihren Töchtern Flügel und erleben die unendlichen Möglichkeiten des eigenen Wirkens.

Wir sagen hier nur: WAHNSINN! ... und weiter so, Alex Broll! Denn Frauen sollen fliegen!



Wake Up sleeping beauties

-es wird Zeit, die schönste Version unserer Selbst zu leben!

Von Elisabeth Krüger

Seit Jahrzehnten erwarten wir gespannt jede neue Diät, die uns noch schlanker und schöner machen soll. Wir versuchen unseren Problemzonen davonzulaufen, davonzutanzten, sie im Schlaf loszuwerden oder ihnen den Kampf anzusagen. Und oft bleiben wir mit vielen blauen Flecken, geschundenen Körpern und einem geschlagenen Selbstbewusstsein im Ring zurück. All das für ein Ziel: Wir glauben, dass hinter dem perfekten Körper ein Leben voller Wohlgefühl, Glück, Liebe, Anerkennung, Erfolg und Leichtigkeit wartet.

Ich bin Frau, Mutter und inzwischen 42 Jahre und habe seit 25 Jahren darauf gewartet. Doch das Gespräch, das ich für diesen Artikel führen durfte, hat für mich alles verändert.

Ich durfte eine wahnsinnig beeindruckende Frau kennen lernen, die eine tiefe Ruhe und Liebe ausstrahlt, deren Augen voll kindlicher Begeisterung leuchten und die trotz ihrer jungen Jahre einen großen Schatz an Lebenserfahrung besitzt.

Auf ihrem Wohlfühl-Blog zeigt sie Menschen, wie sie „strahlen wie ein tanzendes Glühwürmchen am Sommerabend“. Und mit besseren Worten hätte ich die Aura, die sie umgibt, selbst nicht beschreiben können.

Miriam Eltmann ist Tänzerin, Choreografin, Trainerin und Coach. Eine ihrer Schülerinnen sagte einmal über sie: „Sie hat die Gabe, sich in jeden Körper hineinzufühlen und genau zu wissen, was jeder braucht, um sich mit noch mehr Leichtigkeit zu bewegen, noch größer zu erscheinen und sich noch freier zu fühlen“.

Zu tanzen begann sie im Alter von 6 Jahren in der Tanzschule ihres Vaters. Ihren ersten Tanzunterricht gab sie im Alter von 14 Jahren. Neben der Schule machte sie 3 Jahre eine Ausbildung im Bereich zeitgenössischer Tanz, die sie nach dem Abitur weiterführte und durch weiteres Training ergänzte, während sie gleichzeitig begann, Psychologie zu studieren. Inzwischen ist sie zertifizierter NLP Coach, NLP Hypnocoach und NLP Kommunikationstrainerin und ist dabei sich unter dem Namen Upstream Movements ihren Traum zu verwirklichen. Ihre Vision: Als Tänzerin und Choreografin Tanzstücke erschaffen, die die Menschen inspirieren, ein noch schöneres und glücklicheres Leben zu leben. „Ein glückliches, erfülltes Leben zu leben und sich wohlfühlen mit sich und dem eigenen Körper ist ebenso miteinander verbunden, wie Tanz und Musik. Viele Menschen glauben, ohne Musik könnte man nicht tanzen und das ist nichts weiter als ein Glaube in ihrem Kopf, der sie davon abhalten wird, zu erfahren, wie wunderbar es ist, in Stille zu tanzen. Jeder Mensch ist in der Lage, die Musik in sich zu hören und zu fühlen und nach seinem eigenen Rhythmus zu tanzen“, sagt sie über die Verbindung ihres Wohlfühl-Blogs zu der Gesamtidee von Upstream Movements. Sie verweist damit auf unser aller Fähigkeit, selbst zu entscheiden, wie wir die Welt wahrnehmen und gibt jedem Menschen damit das Ruder für sein Leben zurück in die eigenen Hände.

Wir sehen die Modells in den Sportmagazinen und wollen einen Körper wie sie. Wir sehen einen unserer Lieblingsfilme und wollen strahlen und besonders sein wie die Hauptdarsteller. Wir sehen unser Idol und wünschen, wir hätten ihre Stärke und Unwiderstehlichkeit. Und dann schauen wir in den Spiegel und hoffen inständig, dass wir irgendwann nicht mehr so plump, unscheinbar und langweilig wirken. Dann laufen wir zum Fitness, zügeln unseren Speiseplan und Hassen unseren Körper, um uns zu motivieren, nur diese paar Wochen durchzuhalten mit dem Programm, weil mit einem besseren Körper auch ein besseres Leben warte. Wenn wir es nicht schaffen, hassen wir uns noch mehr oder resignieren, finden uns ab und meiden alles, was uns daran erinnert, dass wir uns mit uns und unserem Körper nicht wohlfühlen.

Genau hier setzt der Upstream Movements Wohlfühl-Blog ein STOP. Denn sie sagt: „Wohlgefühl kommt nicht durch quälende Programme, die dem Körper nicht gut tun. Wohlgefühl ist eine Entscheidung für das Leben!“

„In dem Moment, in dem ich begonnen habe, meinen Fokus auf das zu legen, was ich an mir liebe und meinem Körper Wertschätzung, Dankbarkeit und Liebe entgegen zu bringen, in dem Moment verwandelte sich mein Körper auf eine fantastische und wunderbare Weise, wie ich es mit Diäten und Trainings niemals erreicht hätte. Und er wird mit jedem Tag schöner als in meinen Träumen“, erzählt sie über ihre eigene Erfahrung.

Mein Gespräch mit der Upstream Movements Gründerin war nicht nur ein Interview über ihr Leben sondern vielmehr eine Heilung für mich selbst. Ich hatte das Gefühl, sie konnte eine Schönheit in mir sehen, die mir selbst nur in sehr seltenen Momenten bewusst war. Und je mehr ich ihren Worten lauschte, desto mehr konnte ich diese Schönheit wieder spüren.

Dies ist ein Aufruf für alle Frauen und Männer da draußen, die glauben, sich verstecken zu müssen, weil sie nicht zu den strahlenden Schönheiten gehören:

Wir haben das Recht uns wohl und lebendig in unseren Körpern zu fühlen! Wir haben es verdient, uns und der Welt zu beweisen, dass auch in uns ein Strahlen, eine Größe und eine Stärke steckt! Wir haben das Recht genau diese schönste, großartigste, fantastischste Version von uns selbst zu leben!

Seit meinem Gespräch mit Miriam Eltmann ist 1 Monat vergangen. Ich habe die Chance und Inspiration genutzt und seitdem jeden Tag eine Wohlfühl-Aufgabe gemacht. Ich habe den Spaß an Bewegung wieder entdeckt und aufgehört andauernd zu essen, wenn ich keinen Hunger habe. Ich fühle mich schlanker, energiegeladener, lebendiger und jeden Tag wohler mit meinem Körper. Einige alte Gewohnheiten darf ich noch ablegen und ich bin sehr beeindruckt, wie viel besser ich mich bereits jetzt fühle. Das schönste daran, ich weiß, dass ich damit ein Vorbild für meine Kinder bin.

Schaut auf dem Upstream Movements Wohlfühl-Blog vorbei (www.upstream-movements.de) und lasst uns daraus eine Bewegung machen. Denn – um mit den Worten von Miriam Eltmann zu enden – „Lasst uns gemeinsam mehr Wohlgefühl in die Welt bringen, denn die Welt braucht Dein Strahlen!“





Neuer Sinn Fürs Leben

So geht's...



28. 04. 2018

Heute berichte ich von Deutschlands „19. Bundesland“, der beliebten Ferieninsel Mallorca. Ich sitze mit hier mit Michaela Krauß, Expertin für Bewusstseinsentwicklung und sinnerfüllte Lebensgestaltung, im Innenhof ihrer wunderschönen Finca.

Bild: Frau Krauß, was hat Sie dazu bewogen, Ihr „Seminarzentrum für bewusste Lebensgestaltung“ hier auf Mallorca zu eröffnen?

M. K.: Es war schon immer mein Lebenstraum in einer friedlichen, inspirierenden Umgebung, wie ich sie hier auf Mallorca gefunden habe, zu leben und zusammen mit anderen Menschen die Idee einer idealen Lebensführung zu entwickeln und Impulse dazu weiter zu geben.

Bild: Welche Menschen kommen zu Ihnen an diesen idyllischen Platz?

M. K.: Das ist zum einen der gestresste Manager, der ausgepowert ist und innerlich nicht mehr zur Ruhe kommt. Dann aber auch Frauen, die alleinerziehend sind und der Belastung kaum mehr standhalten können, oder sich in der zweiten Lebenshälfte befinden und neuen Sinn und Lebensinhalt suchen.

Bild: Was erwartet die Menschen, die zu Ihnen auf Ihre Finca kommen und Ihre Seminare besuchen?

M.K.: Zunächst einmal Ruhe, Ruhe, Ruhe (lacht). Die kommt schon automatisch durch die friedvolle Ausstrahlung dieses Ortes und die täglich durchgeführte Meditation. In diesem Zustand fällt es den Menschen leichter ihre Lebenssituation zu reflektieren und sich für Veränderungen zu öffnen. In der gemeinsamen Arbeit, aber auch im Einzelgespräch werden neue Perspektiven entwickelt, die Freude und Sinn vermitteln und zu einem gelungenen Leben führen. Die Begegnung der Menschen hier soll unter dem Motto stehen: „ Das Leben genießen und neue Lebensfreude gewinnen:

Elke End macht Schluss mit Ernst



Er ist nicht mehr ihr Typ, denn er will immer nur das Eine.

Ernst ist das Wurst:

„ Lieber ein Hot Dog, als ein armes Würstchen“

Elke End will mehr:

„ Mein Magen kann auch Spaß vertragen.“

Sie hat es satt, dass Ihr Teller zur Problemzone gemacht wird.

STOPP mit den Gewissens- Bissen !

Sie lädt ein zu Genuss statt Verdruss, wenn man öfter sauer ist und lieber Spaß verstehen würde.

Man manches erst verdauen muss, um eine dickere Haut zu bekommen und lieber Freudentränen weint, statt Trübsinn zu blasen.

Dann könnte man gemeinsam mit ihr schauen, wo der Hase im Pfeffer liegt und auf den Magen schlägt.

Es gibt nämlich Lebensmittel, die heilen und schmecken, mit denen man sich in seinem Element fühlt und auch noch seinen Typ trifft.

Das Geheimnis ?

Alt Bewährtes neu entdecken.

Ein individueller Energie- und Ernährungsplan mit dem alten Wissen der Traditionellen Chinesischen 5 Elemente Lehre.

www.elke-end.de

elke-end@t-online.de



Bild-Quelle: Wikipedia.de



28.04.15

Wassermannfrau wirkt Wunder

In Berlin trafen wir Antje Remke Coach aus Leidenschaft. Sie verrät uns ihr Erfolgskonzept.

- ✓ „Ich bin Wassermann und lebe so, unabhängig, tolerant, tiefgründig und freiheitsliebend. *Und Du?*
- ✓ Ich habe 2 Stellen gekündigt, weil die Arbeit nicht mehr passte. Einmal fehlte der Kontakt zu Menschen, einmal langweilte die Routine. *Willst du das auch?*
- ✓ Ich habe eine Kleinstadt im Osten verlassen, weil es mich langweilte und ich nicht so angepasst war, wie viele andere. *Willst du auch den Ort wechseln?*
- ✓ Ich bin als Frau auch viel auch alleine verreist. *Zieht es dich in die Ferne?*
- ✓ Ich bin Mutter und selbständig. *Ist das was für dich?*
- ✓ Wenn ich etwas nicht verstehe frage ich nach. *Und du, traust du dich?*
- ✓ Wenn es Probleme gibt, vertraue ich meinem **LÖSUNGS-GEN**. *Und du?*
- ✓ Wenn mir etwas nicht passt, sage ich was, oder gehe. *Willst du das auch?*
- ✓ Ich habe viel Humor und bringe Menschen gern zum Lachen. *Wünschst du dir auch mehr Heiterkeit?*
- ✓ Wenn ich an meinen Grenzen komme, gehe ich zum Coach. *Du auch?*

Vielen Dank an Antje Remke, Wassermann, Life & Businesscoach , NLP Masterpractionor, Heilpraktiker Psychotherapie, Diplom- Sozialarbeiterin, Krankenschwester, Mutter uvm.
www.denken-neu-lenken.de



Bei mir wachsen Frauen über sich hinaus

Das sagt Sybille Freiin von Rothkirch und Panthen (52), Coach für Frauen in den Wechseljahren mit großer Begeisterung und tiefer Überzeugung.

Ich treffe mich mit ihr zum Interview in einem Café in Hamburg Eppendorf, aufmerksam geworden durch die begeisterten Berichte von mehreren Frauen aus meinem Umfeld. Ich sitze einer sympathischen Frau gegenüber, die eine sehr authentische und offene Art hat.

„Frau von Rothkirch, Sie haben relativ spät die Ausbildung zur psychologischen Beraterin gemacht. Was hat sie dazu veranlasst, mit 50 noch einmal einen völlig anderen beruflichen Weg zu beschreiten?“

„Ich spürte, dass mich mein bisheriger Beruf nicht wirklich ausfüllte und – so wie es vielen Frauen in diesem Alter geht – habe auch ich nach einer Neuorientierung gesucht. Dabei habe ich mich auf meine besonderen Fähigkeiten und Stärken besonnen und daraus meinen Beruf gemacht.“ „Wo genau sehen Sie denn Ihre Fähigkeiten und Stärken?“

„Ich bringe eine große Intuition für Menschen mit. Ich bin in der Lage sehr schnell zu erfassen, wie sich ein Mensch fühlt. Und das gilt ganz besonders für Frauen in den Wechseljahren! Und einer meiner ganz großen Stärken ist es, immer positiv in die Zukunft zu sehen und jeder scheinbar miesen Situation noch etwas Gutes abzugewinnen.“

„Warum gerade Frauen in den Wechseljahren?“ „Ich bin selbst in diesem Alter und ich weiß, wie viele Themen und Fragen es in diesem Lebensabschnitt gibt. Und so wie jemand mich dabei unterstützt hat, Antworten auf meine Fragen zu finden, so möchte ich andere Frauen dabei unterstützen einen selbstbestimmten und für sie befriedigenden Weg zu gehen! Außerdem tummeln sich so viele Coaches am Markt, dass ich für mich eine Marktlücke gesucht habe, die mir gleichzeitig als Thema sehr nah ist.“

„Wie genau muss ich mir das vorstellen? Wie läuft ein Coaching bei Ihnen ab?“

„Nachdem ich ein paar Eckdaten und wichtige Ereignisse im Leben meiner Klientinnen abgefragt habe, stelle ich vorwiegend Fragen, die die Frauen nicht eben mal so beantworten können, sondern sie wirklich zum Nachdenken und vor allem zum Nachfühlen bringen. Wir hören heutzutage immer weniger auf unsere Gefühle, sind viel zu kopfgesteuert. Meine Klientinnen gehen mit gutem Kontakt zu ihren Gefühlen nach Hause, wenn sie bei mir waren und können danach ihre Fragen an das Leben beantworten!“

„Was für Fragen stellen Sie?“

„Das ist ganz unterschiedlich und sehr individuell abgestimmt auf die Klientin. Ich lasse mich da vollkommen von meiner Intuition leiten. Ich kann nie genau vorher wissen, wie es meiner Klientin geht und wo der Weg hingeht. Das können Fragen sein, die sich auf die Stärken und Ressourcen der Klientin beziehen. Es können Fragen sein, die hypothetisch sind oder die darauf abzielen, wie wohl andere die betreffende Frau sehen. Es kann die Wunderfrage sein oder die Frage nach den kleinen realistischen Schritten, die in die Zielrichtung führen.“

„Mit welchen Themen kommen die Frauen zu Ihnen?“

„Oh, das sind ganz verschiedene Themen! Eben alle Themen, die Frauen zwischen 40 und 60 bewegen, wobei das eine grobe Einschätzung ist, Natürlich können auch Frauen außerhalb dieses Altersfensters zu mir kommen. Aber hier liegt die Hauptklientel. Sie fragen sich – und mich – wie sie mit dem Auszug der Kinder umgehen können, wie sie das Loch füllen. Oder sie haben Schwierigkeiten mit der Umkehrung der Rollen, wenn die Eltern krank und älter werden. Es gibt Verschiebungen in der Partnerschaft und Sexualität. Viele Frauen möchten noch einmal einen beruflichen Wechsel – so wie ich – und wissen nicht genau, was sie eigentlich machen möchten. Es gibt oft noch unerfüllte Wunschträume. Die Liste ist endlos und jede Frau kommt mit anderen Fragen. Das macht das Ganze so spannend.“

„Und sie schaffen es, sich auf jede dieser Fragen einzulassen und die Frau an die Antworten heranzuführen?“

„Ich habe damit überhaupt keine Mühe. Ich kann sehr schnell erfassen, wo der betreffenden Klientin der Schuh drückt. Und ich habe genug Charme, Humor und Redegewandtheit um auch aus wenig redefreudigen Frauen noch Antworten heraus zu kitzeln, von denen sie selbst nicht wussten, dass sie überhaupt in ihnen schlummern.“

„Frau von Rothkirch, sie haben eine sehr positive und authentische Ausstrahlung. Wie sind sie selbst so stark und selbstbewusst geworden?“

„Ich habe viele Schwierigkeiten, Probleme und auch Katastrophen in meinem Leben gehabt. Jede hat mich stärker gemacht, aber auch sensibler für die Belange meiner Umwelt. Die Sensibilität gepaart mit meiner Intuition, also der richtige Moment den Kopf auszuschalten und nur auf meine Gefühle zu hören, macht mir den Weg frei direkt in die Gefühlswelt meiner Klientin.“

„Das ist eine hohe Verantwortung, die sie haben!“

„Ja, das stimmt. Und ich kann verantwortungsvoll mit den Belangen meiner Klientinnen umgehen. Ich weiß auch genau, wo meine beruflichen Grenzen liegen, wo ich mich auf meine Fähigkeiten verlassen kann und wann ich eine Klientin an einen Psychologen oder Psychiater weiterleite, da ich keine Medizinerin oder Psychologin bin. Es ist manchmal eine Gradwanderung, aber ich spüre auch hier sehr genau, wann eine Klientin zur Patientin wird.“

„Das scheint mir Ihr Hauptmerkmal zu sein: eine hohe Intuition für Ihr Klientel!“

„Ja das stimmt, aber ich bringe natürlich auch ein großes Fachwissen mit. Ich bin sehr gut ausgebildet, habe meine Ausbildung mit einer 1,5 abgeschlossen und nehme regelmäßig an Seminaren und Austauschtreffen mit Kollegen teil. Es ist enorm wichtig als Coach zur Supervision zu einer Kollegin oder einem Kollegen zu gehen, da man seine eignen blinden Flecken und Glaubenssätze hat, die hinderlich sein können bei der Arbeit!“

„Sie achten also auf Weiterbildung und eigene Klärung!?“

„Ja, auf jeden Fall, das ist enorm wichtig in meinem Beruf! Ich kann nicht auf Menschen losgelassen werden, wenn ich meine Themen nicht selbst immer wieder bearbeite. Ich bin in der Lage sehr ehrlich mit mir selbst zu sein und das ist sehr hilfreich, wenn ich zu einer Kollegin zur Supervision gehe!“

„Wenn Sie eine Botschaft an Frauen in den Wechseljahren schicken möchten, was sagen ihnen?“

„Ich sage nichts ...“ sie lacht ... „ich frage: Wechselst Du noch, oder lebst Du schon?“

„Frau von Rothkirch, ich danke Ihnen für dieses Gespräch. Ich bin sicher, dass wir noch viel von Ihnen hören und lesen werden.“

Karla Kolumna – Reporterin bei BILD