

Selbst-Coaching für wirksames Führen

Ein Gefühl für eigene Soul Craft entwickeln

Aufmerksamkeit für eigene Soul Craft

Das, was einen ausmacht, ist eigentlich eine Schatzkiste. Eine, die man im Laufe der Jahre mal mehr und mal weniger schätzt. Eine, die sehr individuelle Möglichkeiten bietet. Es gibt Situationen und Konstellationen, in denen man bereits spürt, dass das gut ist. Wenn man die Aufmerksamkeit darauf lenkt, kann man sogar erleben, wie sehr der Einsatz dieser Schatzkiste auch andere unterstützen und stärken kann. Wenn man dann das Blickfeld vergrößert, erkennt man sogar, dass es noch viele andere gibt, die ebenfalls profitieren. Auch noch dann, wenn man selbst gar nicht mehr dabei ist und auch niemand mehr sagen kann, woher der unterstützende Impuls eigentlich kam.

✓ Innerer Frieden nützt der Schatzkiste und ihrem Einsatz

Je balancierter, je gelassener und je Service-orientierter man drauf ist, desto leichter und hilfreicher können die eigenen Möglichkeiten wirken. Denn es gibt keine mitgeschleppten Bedingungen, die die Empfänger akzeptieren müssten. Leider gibt es solchen inneren Frieden nicht sehr oft und dann auch nur für kurze Momente. Aber es ist schon sehr gut, wenn man ihn für möglich hält und eigene Praktiken entwickelt, um ihn zu erreichen.

✓ Wer Sicherheit geben möchte, muss selbst auch Sicherheit spüren

Viele Menschen beginnen erst dann, sich zu bewegen und zu entfalten, wenn sie das Gefühl haben, in einem sicheren Setting zu sein. Man könnte auch sagen: wenn sie sich als Gäste in der Umgebung eines angenehmen Gastgebers empfinden. Diese Art Sicherheit ist als etwas sehr Feines spürbar und muss auch nicht in Worte gefasst werden. Auch ob und wie weit man selbst Sicherheit zur Verfügung stellt, weiß man oft gar nicht. Wenn man es aber bemerkt, sollte man darauf achten, woher man selbst gerade Sicherheit bekommen kann – wo ein guter Gastgeber zur Verfügung steht. Das kann ein Mensch in nächster Nähe sein, aber auch etwas Nicht-Sichtbares: die Verbindung zu etwas in der Natur oder aus einem nicht-linearen Raum. Man sollte auch immer mal wieder checken, wie es dieser Verbindung gerade geht. Vielleicht muss man sie auch ab und zu erneuern.

Selbst-Coaching für wirksames Führen

Ein Gefühl für eigene Soul Craft entwickeln

✓ In blöde Situationen hineingehen

Es gibt Dinge, von denen man weiß, dass sie einem nicht gut tun oder latent etwas in sich haben, dass einen stört oder sogar attackiert. Wenn man weiß, dass man dem ausgesetzt sein wird, ist es gut, vorher ein wenig inneres Management zu betreiben. Und zwar so, dass man anschließend wie mit einer unsichtbaren Sicherheitszone in die Situation gehen kann. Das ist eine Vorgehensweise alter Sufi-Praktiken, und der englische Begriff dafür ist Veil of Safety. Wenn man sich damit anfreunden kann, wird man robuster und gelassener sein können. Aber auch feinfühlicher, wenn dieser Veil of Safety bedroht ist. Man wird dann die Distanz erhöhen und dafür sorgen, dass der Veil of Safety nicht beschädigt wird.

✓ Attackierendes nutzen

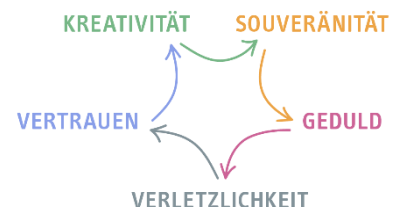
Wenn etwas Blödes geschieht, kann man sich vielleicht einen kurzen Moment zurücknehmen und fragen: „was wird gerade bei mir angegriffen? Etwas, dem ich sonst vielleicht keine Aufmerksamkeit gäbe?“ Das ist eine gute Gelegenheit, gerade dem jetzt Aufmerksamkeit zu geben und es angesichts der Attacke behutsam einzusetzen. Konsequentes und behutsames Dranbleiben kann dabei helfen, mit der Attacke umzugehen und an ihr zu wachsen. Dazu passen auch gut die drei Kommunikationshaltungen (Zielgerichtet Sprechen – Zugewandt Zuhören – Zum Wohl des Ganzen beitragen).

DREI KOMMUNIKATIONSHALTUNGEN

- zugewandt zuhören
- zielgerichtet sprechen
- zum Wohlbefinden der Gruppe beitragen

✓ Ganz kurz

Wer mit den 5 Top-Führungsqualitäten vertraut ist, kann kurz prüfen, welche von ihnen er oder sie jetzt einsetzen könnte - oder welche keinesfalls. Etwas, das man nicht will, leise im Blick zu haben, kann manchmal helfen. Vielleicht ist es ein Blindspot, den man auflösen könnte?



Viel Glück und Erfolg auf Ihrem Weg des Selbst-Seins. Vielleicht wirkt er manchmal leichter, vielleicht auch nicht. Mit einiger Wahrscheinlichkeit wird er reicher. Wahrscheinlich werden Sie mehr Sicherheit, Wohlwollen und Stärke ausstrahlen. Ihr Team, Ihre Projekte und Ihre Kunden werden sich freuen.

Fragen? Anregungen?

+49 6151 976 9137

franz@fendel-und-partner.de