

Marke, Stimme und Willenskraft



Jon Christoph Berndt (Foto: PR) ist Profilprofi und Vermarktungsexperte. Seine Maxime lautet: „Die stärkste Marke sind Sie selbst“. Berndt möchte Freiberufler, Chefs und Mitarbeiter durch „Human Branding“ zu außergewöhnlichen Persönlichkeiten formen, die zielgerichtet vorangehen und sich behaupten. Jon Christoph Berndt ist der Ansicht, dass jedes Unternehmen erst von profilierten, leidenschaftlichen Menschen zum Leben erweckt wird. „Auch ihre starke Marke erkennt man daran, dass man sie erkennt“, sagt er. Näheres in seinem Vortrag am 26. Januar 2016.



Zu einer starken Marke gehört mitunter eine sichere und starke Stimme, wie **Dr. Monika Hein** (Foto: PR), Doktorin der Phonetik, weiß. Die Expertin für bewegendes Sprechen beschäftigt sich in ihrem Vortrag mit der Frage: **Stimmt Ihre Stimme?** Wie man im Job sicher spricht und überzeugend klingt, Monika Hein zeigt es. Es gibt aber auch Situationen, in denen sprechen nichts bewegt. Warum ist das so? Die Wirkungsebenen der Stimme werden oft unterschätzt. Stimmtrainerin Monika Hein zeigt Ihnen, wie Sie Ihre Stimme und Sprechweise ideal einsetzen, damit Sie in jeder Situation überzeugen und begeistern – ob am Telefon, im Meeting, oder bei Präsentationen. Der Stimme auf den Grund geht Hein am 23. Februar 2016.



Werner Tiki Küstenmacher (Foto: PR) ist Theologe, Bestsellerautor, Karikaturist und Publizist. Er ist überzeugt, dass der Weg zum Glück durch das Gehirn führt. „Simplify your life mit Limbi“ lautet der Titel seines Vortrags. Laut Küstenmacher steckt der Schlüssel zu einem einfacheren, glücklicheren Leben im Gehirn, in einer ganz besonderen Region. Zwischen Hirnstamm und Großhirn liegt das limbische System: „Limbi“ ist unser emotionales Gehirn. Es arbeitet schnell und stark. Aber es braucht die Hilfe des analytischen Großhirns. Küstenmachers Grundidee: Versuchen Sie nicht, Limbi zu zwingen. Machen Sie sich Limbi zum Freund. Eine Reise ins Großhirn gibt es von Küstenmacher am 19. April 2016.



Um den Geist geht es auch bei **Norman Alexander** (Foto: PR), Abenteurer, Extrem- und Betriebswirt. „Die Macht des Willens“ lautet der Titel seines Vortrags. So weist Bücher darauf hin, dass der Mensch nicht einmal zehn Prozent seiner geistigen Leistungsfähigkeit ausschöpft. Bei einem Extremlauf spielen sich gut 80 Prozent des Rennens nur im Kopf ab. Die mentale Stärke entscheidet über Ankommen oder Aufgeben, über Sieg oder Niederlage. In diesem Impulsvortrag geht es um Eigenmotivation, Willenskraft und mentale Stärke. Das authentische, lehrreiche und unterhaltsame Erlebnis gibt es in Ravensburg am 10. Mai 2016.



Norman Alexander (Foto: PR) bezeichnet sich selbst als „Mind Hacker“, der die Gedankenwelt von Gesprächspartnern zu erkennen versucht. Ob bei geschäftlichen Verhandlungen oder im Alltag: Oftmals wünschen wir uns, zu erkennen, was unser Gegenüber denkt und wie es tickt. Norman Alexander verrät in Ravensburg Geheimnisse von Mentalisten und demonstriert deren Anwendung im Business. Er gibt einen Einführungskurs, wie man Gedanken wirklich liest. Nichts ist übernatürlich. Jedoch gibt es Mechanismen mentaler Kommunikation, die jeder nutzen kann. Das zeigt Alexander am 7. Juni 2016.

Interview



Flexibel, spontan, multitaskingfähig: Die Anforderungen durch den Wandel der Zeit sind auch im Job gestiegen.

FOTO: COLOURBOX

„Ich bin kein Tschakka-Typ“

Spontaneitätsexperte Ralf Schmitt über „Nein-Sager“, Motivationskünstler und Angst

RAVENSBURG - „Spontan wie ein Fahrplan“, der Alltag durchgetaktet, für Schnellschüsse keine Zeit – wie man diesem Lebensstil entgegenwirken kann, zeigt Ralf Schmitt, Experte für Spontaneität und Flexibilität, in der Reihe „Die Erfolgsmacher. Vorschau durch Wissen“ der „Schwäbischen Zeitung“. Michael Bollenbacher hat mit Schmitt über Spontaneität, „Tschakka“-Klischees und die Angst der Deutschen gesprochen.

Herr Schmitt, Sie halten Vorträge zu Themen wie „Kopf oder Zahl? Ich wähle Bauch!“ Entscheiden Menschen Ihrer Meinung nach oft zu rational, also mit dem Kopf?
Genau. Es gibt dazu eine ganz spannende Studie vom Neurowissenschaftler Antonio Damasio, der mit Menschen geforscht hat, die in ihrem Gehirn eine Schädigung und keinen Zugang zu ihren Emotionen hatten. In der Studie kam heraus, dass die für alle Entscheidungen wahnsinnig lange gebraucht haben. Damasio folgert daraus: Wir entscheiden sowieso aus dem Bauch heraus, warum nehmen wir dann rationale Faktoren? Er geht

„Die Angst zu scheitern ist in Deutschland ganz groß.“

Ralf Schmitt, Experte für Spontaneität

da sehr weit und sagt: Wir haben überhaupt keine rationalen Faktoren, machen alles aus dem Bauch heraus, aber schieben später rationale Faktoren hinterher, um bei der Arbeit seriöser zu wirken.

Muss man denn heutzutage dann relativ spontan sein oder geht auch unspontan?

Ich werde oft gefragt: Heißt spontan, ich muss jetzt sofort mein Leben ändern? Für mich sind das eher kleine Schritte. Für den einen ist Spontaneität, nach Australien auszuwandern, für den anderen, einen anderen Weg zur Arbeit zu nehmen. Ich glaube, man muss heutzutage relativ spontan und flexibel sein, weil man perma-

nent neue Entscheidungen treffen muss. Man wird viel öfter getestet, flexibel zu sein, zu reagieren und nachzujustieren.

Verschaffen Sie sich zu viel „aus der Hüfte schießen“ und Spontaneität zwangsläufig nicht auch Nachteile?
Ja, ich habe das Buch „Ich bin total spontan, wenn man mir rechtzeitig Bescheid gibt“ geschrieben und darin den Begriff „Navituiton“ geprägt. Das ist eine Mischung aus Navigation – also ich mache mir schon Pläne –, aber wenn die versagen, muss ich auf meine Intuition hören. Ich bin kein Fan, alles aus der Hüfte zu machen, aber auch nicht davon, sich nur Pläne zu machen. Pläne funktionieren nicht immer.

Für Leute, die von sich behaupten, sie können nur nach Plan leben: Kann man Spontaneität lernen?
Man kann offener dafür werden. Ich kann schauen, was sind die Verhinderer von Spontaneität: Sicherheitsbedürfnisse oder permanente Gewohnheiten zu haben – obwohl diese nicht per se schlecht sind – oder ist es der innere Sensor? Ich kann lernen, offener und neugieriger für Spontaneität zu sein. Aber ich mache nicht aus einem Finanzbeamten, der total durchstrukturiert ist, den spontansten Menschen der Welt. Es gibt bei jedem ein anderes Lernlevel.

Zeigt Ihr Buchtitel „Ich bin total spontan, wenn man mir rechtzeitig Bescheid gibt“ nicht, dass Spontaneität nicht antrainierbar ist?
Genau, viele sagen: Ich will spontan sein, aber sag mir lieber einen Tag vorher Bescheid! Wenn Sie vom Chef neue Themen vorgelegt bekommen und es Ihnen nicht liegt, finden Sie ja auch Wege, irgendwie Interesse zu entwickeln.

Ein Leitspruch von Ihnen: „Veränderungen können Spaß machen.“ Wie wollen Sie das den Deutschen beibringen, die größtenteils Angst vor Veränderungen haben?
Die Angst vor Veränderung ist ja vorhanden, weil wir eine gewohnte, eine gelernte Sicherheit verlieren. Ich

kann niemandem garantieren, dass es nachher besser wird, ich kann nur sagen, dass es anders wird und wenn wir so bleiben, wie wir sind, wird es nicht funktionieren. Der Mensch lebt von Veränderung. Das merken wir ja auch zur Zeit in der Flüchtlingskrise. Natürlich können wir Zäune bauen, aber es wird nicht funktionieren. Deswegen sollte man sich damit auseinandersetzen, was auf einen zukommt.

„Ja“ zu sagen, ist die Grundlage für Spontaneität.

Was raten Sie notorischen „Ja-Sagern“, die nie „Nein“ sagen können?

Denen rate ich das Gegenteil, auch ab und an mal „Nein“ zu sagen. Die sind gar nicht wirklich spontan, die haben nur absoluten Gehorsam.

Der größte Fehler, den man im Leben machen kann, ist Ihrer Meinung nach, ständig Angst davor zu haben, einen Fehler zu machen. Sind die Menschen, gerade in Deutschland, zu ängstlich?

Ich bekomme das bei meinen Töchtern mit. Die ältere ist in der dritten Klasse und lernt, dass es Fehler gibt und wir keine Fehler machen dürfen. Und deswegen haben die Menschen oft Angst, zu scheitern. Die ist in Deutschland ganz groß. In Amerika – auch wenn ich nicht immer alles toll finde – finde ich super, dass die sich sagen: Wir haben an Erfahrung gelernt, in Deutschland ist man gleich unten durch.

Wie kann man den Leuten diese Angst nehmen?

Für sich zu überprüfen, warum man Angst hat. Es geht um Kommunikationsfehler. Es geht auch darum, für mich zu überprüfen, was passiert, wenn ich jetzt einen falschen Satz sage. Das ist eine Herangehensweise. Geht dann die Welt unter? Ich kombiniere das dann mit dem „Ja“-Sagen. Nicht nur „Ja“, sondern „Ja und“ zu sagen. Ein Beispiel: das indische Unternehmen Tata, das einen Innovationspreis für Fehler einführt. Einmal im Jahr kriegen diejenigen einen Preis, die das Projekt am besten an die Wand gefahren haben, um die Mitarbeiter für Fehler zu sensibilisieren. Das ist eine interessante Methode, um Leuten die Angst zu nehmen.

„Flexibel im Kopf!“ Wie Sie Impulspilot bei Veränderungen werden. Zu diesem Thema referiert Ralf Schmitt am 22. März 2016 in Ravensburg.

Flexibel im Kopf



Ralf Schmitt (Foto: PR) ist Moderator und Trainer im Bereich der Spontaneität und Improvisation. Mit Regeln, Übungen und Anekdoten nimmt er den Teilnehmern in seinem Vortrag die Angst vor Veränderungen. (sz)

Motivationskünstler gelten mitunter als übermütige „Tschakka“-Gurus. Wie schaffen Sie es, dieses Klischee zu widerlegen?

Es gibt kein Fingerschnippen, das alles gleich besser macht. Es ist ein Prozess. Ich bin kein „Tschakka“-Typ. Ich sage nicht: Wenn du das machst – Tschakka – gehst du mit mir am Ende über glühende Kohlen. Ich sage Leuten: Traut euch! Die eine Regel ist: Sagen Sie öfter „Ja“. Gucken Sie, wie gehen Sie mit Ihren Fehlern und mit Scheitern um. Und der dritte Punkt ist die Navituiton.

Sie sagen, als Mensch muss man „Ja“ sagen können. Wie meinen Sie das?

Im Business-Kontext erzähle ich immer vom „Nein“-Kollegen. Als Beispiel: Sie sitzen im Büro und auf einmal kommt ein Kollege rein und Sie denken sofort „Nein“. Jeder von uns hat wahrscheinlich diesen „Nein“-Kollegen. Wenn ich permanent „Nein“ sage, komme ich nicht voran.

Mit Persönlichkeit punkten

Jörg Löhr (Foto: PR) ist Experte für Persönlichkeitsentwicklung und predigt, dass Motivation entscheidend ist, ein kompetentes Team voller



Selbstverantwortung, Inspiration und Begeisterungsfähigkeit zu erhalten. Der 54-jährige ehemalige Handballspieler zeigt in seinem Vortrag „Erfolgsfaktor Persönlichkeit“ wertvolle Ideen, Techniken und Strategien für eine effektive Umsetzung in die Praxis und möchte gleichzeitig komplexe Zusammenhänge verständlich, wirkungsvoll, praxisnah und mit einem gelungenen Schuss Unterhaltung präsentieren. Erfolg und Motivation in Zeiten der Veränderung hat sich Löhr auf seine Fahnen geschrieben. Die Portion Extramotivation des Buchautors und Wirtschaftsberaters Jörg Löhr gibt es in Ravensburg am 5. Juli 2016.

Dr. Roman F. Szeliga (Foto: PR) ist nicht nur Arzt, sondern auch Experte für Humor und emotionale Kommunikation sowie Dozent und Autor. Sein Beitrag zur Seminarreihe in Ravensburg liefert Szeliga



mit dem Vortrag „Powerfaktor Humor“ – Ziele effizienter, kreativer und gesünder erreichen. So ist er der Meinung, dass Humor zwar einer unserer knappsten, jedoch wertvollsten Ressourcen ist. Nichts verbindet Menschen mehr als ein gemeinsames Lachen. Lachen ist die beste Medizin, sagt der Arzt Roman F. Szeliga. Lachen ist somit das Gegenteil zum Ernst des Lebens. Mit Humor geht vieles leichter. Auch und gerade im Arbeitsleben. Denn Humor ist nie Ersatz für Kompetenz, aber die beste Ergänzung dazu. Dazu will Szeliga mit einem interaktiven Erlebnisvortrag mit Tipps, vielen Überraschungen und sofort umsetzbaren Tools bei den Zuhörern nachhaltigen Eindruck hinterlassen. Den Vortrag gibt es am 27. September 2016.

Dr. med. habil. Volker Busch (Foto: PR) ist Neurowissenschaftler und Regensburger Arzt für Neurologie und Psychiatrie, der einen Vortrag über „Das Gehirn im Alltagsstress“ hält. Dabei beschäftigt sich Busch vor allem mit dem Umgang mit Zeitflug und Multitasking in der heutigen, schnelllebigen Zeit. Die Arbeitsprozesse sind in dieser höchst dynamisch, egal ob im beruflichen oder im privaten Alltag. Unterbrochen und abgelenkt werden gehört heute schon zur gängigen Praxis, die viele Menschen überfordert. Aufmerksamkeit kommt leicht abhanden, ein bisschen ADHS trifft heute jeden Menschen, sagt Busch. Typische Folgen sind Daueranspannung und ein Mangel an Arbeitszufriedenheit mit negativen Auswirkungen auf die Arbeitsleistung und das seelische Gleichgewicht. Mit einem Blick ins Gehirn möchte der Neurowissenschaftler jedoch Möglichkeiten zum klugen Umgang mit Zeitflug und Multitasking geben. Der Vortrag findet am 25. Oktober 2016 statt.

Dr. Rebekka Reinhard (Foto: PR), Philosophin und Expertin für Orientierungswissen und Persönlichkeit, entwickelt beendete die Seminarreihe



„Die Erfolgsmacher 2016“. Wie man der Perfektionsfalle entkommen kann, verrät Reinhard in ihrem Vortrag „Die Sinn-Diät!“ Durch Optimierungswahn und Schnelllebigkeit, der ständigen Jagd nach Höhepunkten, kommt das wirkliche Leben oft zu kurz. Was ein erfülltes, gelebtes Leben ausmacht und warum Sie selbst am meisten dazu beitragen können, bringt Reinhard den Zuhörern näher – durch Strategien für den sinnvollen Umgang mit der Zeit. Auch der Frage, was Glück mit Moral zu tun hat, geht die Philosophin nach. Die unvorhersehbare und spannende Seite des Lebens bringt Reinhard Ihnen am 22. November 2016 näher.

So melden Sie sich für „Die Erfolgsmacher“ an

Zehn Experten sprechen an zehn Abenden – mit dem Ziel, ihre Zuhörer privat und beruflich weiterzubringen. Die Vorträge sind dabei genauso unterhaltsam wie lehrreich. Präsentiert wird die Seminarreihe von der „Schwäbischen Zeitung“ und der Veranstaltungsagentur „Sprecherhaus“. Die Vorträge finden jeweils dienstags, von 19.30 Uhr (Einlass: 19 Uhr) bis zirka 21 Uhr in Ravensburg statt. Veranstaltungsort ist der

Schwörsaal im Waaghaus, Marienplatz 28, 88212 Ravensburg. Für die einzelnen Veranstaltungen gibt es Karten, die frei übertragbar, aber vom Umtausch ausgeschlossen sind. Eine Einzelkarte kostet pro Abend 59 Euro. Eine Zehnerkarte für alle Abende bekommen Sie für 499 Euro. Pro Vortrag zahlen Sie umgerechnet 49,90 Euro und sparen **100 Euro gegenüber dem Einzelkauf**. Als Abonnent der „Schwäbischen Zeitung“ sowie als Inhaber

der Radio7 PremiumCard erhalten Sie zehn Euro Nachlass auf die Einzelkarte. Diese beträgt dann noch 49 Euro. Ein Abo für alle zehn Abende gibt es für den **Vorteilspreis** von 449 Euro. Jeder, der bis zum 31. Dezember 2015 die gesamte Vortragsreihe (alle zehn Seminare) bucht, erhält **50 Euro Frühbucherrabatt**. Abonnenten der „Schwäbischen Zeitung“ erhalten somit für nur 399 Euro (anstatt 449 Euro) zehn Wissens-

seminare mit steuerfähiger Rechnung; Nichtabonnenten zahlen bis Ende des Jahres nur 449 Euro statt 499 Euro. Karten gibt es im Internet unter www.sprecherhaus.de/ravensburg oder telefonisch unter der Nummer 02561 / 69 56 51 70. An allen Abenden wird vor Ort ein Büchertisch aufgebaut sein, an dem Interessierte die Bücher der Redner zur Wissensvertiefung kaufen und signieren lassen können. (sz)