

Meine „ermunternden“ Neujahrgrüße 2018 für Sie!

Wie, es kann doch nicht schon wieder ganze 12 Monate her sein, seit den letzten Neujahrgrüßen? Aber tatsächlich ist es so, und dass einem das Jahr 2017 besonders kurz vorkommt, liegt sicherlich auch mit an der nicht stattgefundenen Sommer-Sonnen-Zeit, so dass einem dieser lebendige Jahresabschnitt jetzt im gesamten Zeitempfinden irgendwie fehlt.

Und auch daher habe ich mir für diese Neujahrgrüße das Thema "Ermunterung und Ermutigung" ausgesucht, um dieser eher dunklen und trüben Zeit Anfang des Jahres etwas in Bewegung bringendes, Energetisches entgegenzusetzen. Außerdem ist es auch eine stimmige Fortsetzung meines letzten Neujahrgrüßes, der ja als Thema "Vertrauen" hatte.

Los geht es mit einem Auszug, wie bei Wikipedia „Ermütigung“ definiert wird (www.wikipedia.de):

"Unter Ermutigung ist Mut machen durch andere zu verstehen (durch Zureden, Gesten, Mimik), aber auch Mut durch eigenes Verhalten bekommen, wenn man den Erfolg erkennt, nachdem man etwas gewagt hat und somit Selbstbestätigung erhält. Ermutigung ist in der Pädagogik eine bedeutende Maßnahme, um Menschen aufzufordern, bestimmte Erfahrungen zu machen, damit weitere Lernprozesse in Gang gesetzt werden und um die Lernmotivation zu stärken. Ermutigung ist eine grundlegende, die gesamte Persönlichkeit betreffende Maßnahme."

Somit gibt es also zwei Varianten, einmal das „sich selbst Mut machen“ und dann die Ermunterung und Ermutigung, die durch andere erfolgt. Dabei ist festzuhalten, dass auch entsprechend wir selbst anderen Ermunterung und Ermutigung schenken können - denn das kann tatsächlich jeder von uns, jeden Tag, in vielen Situationen, mit den Menschen, die uns in unserem privaten und im gesamten öffentlichen Leben begegnen.

Meistens ist es uns zu aufwändig, einmal etwas Neues auszuprobieren. Manchmal scheuen wir uns, auch nur das kleinste Risiko einzugehen, um bloß nicht zu Scheitern und keinerlei negative Erfahrung zu kassieren. Wir möchten uns einfach nicht (zu) blöd fühlen, nicht mal ein ganz kleines bisschen! Da ist es auch wenig hilfreich, dass ganz grundsätzlich in unserer Gesellschaft meistens nur die absoluten Top-Leistungen gewürdigt werden, so ist z.B. ein 3. Platz oder „nur“ eine Silber- oder Bronze-Medaille schon nicht mehr so toll und in der Öffentlichkeit kaum noch der Rede Wert.

Aber bei jedem von uns ist diese Sehnsucht manchmal da, mal etwas Anderes, etwas Neues zu wagen, die sich in dem Gedankenspiel: „Was wäre, wenn...?“ ausdrückt.

Wenn solche Art Gedanken öfter auftauchen, sollte man unbedingt anfangen zu überlegen, was denn eigentlich passieren würde, wenn man sie in die Realität umsetzt. Und wie hoch denn das (energetische, gefühlsmäßige, finanzielle,...) Risiko wohl tatsächlich wäre, wenn man es einfach ausprobieren würde.

Dazu ein passendes Zitat:

Es ist schlimmer betrogen, wer nur aus Angst vor Enttäuschung
immer wieder sein Glück versäumte, als wer jede Möglichkeit
eines Glückes ergriff, selbst auf die Gefahr hin,
es könnte wieder nicht das Wahre gewesen sein.

Arthur Schnitzler (1862 - 1931), Dramatiker und Erzähler

Wenn wir also beginnen, diese wiederkehrenden „Was wäre, wenn“ Gedankenspiele immer weiter durchzuspielen, werden dann nach und nach aus Gedanken-Wölkchen und kleinen Traumschlössern, die schon länger in uns vor sich hin wabern, vielleicht eines Tages wirklich greifbare Pläne und Überlegungen. Und aus deren Umsetzung entwickeln sich schließlich neue Erfahrungen oder Umstände, die uns im besten Fall noch glücklicher - oder zumindest noch erfahrener - machen.

Es muss dabei ja gar nicht immer gleich um den ganz großen Lebensplan gehen, mit dem man alles komplett umwirft und auf Links dreht. Es reicht oft schon, ganz kleine Dinge und Wünsche umzusetzen, die man schon länger im Herzen trägt.

Interessanterweise ist übrigens genau so Personal Coaching entstanden: Aus einer kleinen „fixen“ Idee, die ich mir zuerst nicht einmal selbst richtig eingestehen konnte, ist durch das darüber Reden und durch die Ermutigung meines Mannes eine konkrete Realität geworden, die mich seit 2011 überaus glücklich und zufrieden macht - und wunderbarerweise nicht nur mich, sondern eben auch meine so sehr geschätzten Kundinnen und Kunden.

Es wäre mir eine große Freude, wenn alle Leserinnen und Leser für sich ebenfalls beschließen, im Jahr 2018 hier und da einfach mal ein klein wenig mutiger zu sein und einfach Dinge auszuprobieren, und zwar gleich schon mit der Akzeptanz, dass sie sich vielleicht hinterher als nicht so toll herausstellen, wie zuvor gedacht. Oder die dann tatsächlich einfach großartig sind, uns glücklicher und fröhlicher machen und außerdem neue Facetten von uns zeigen. So oder so wird es eine Erfahrung sein, die im Großen wie im Kleinen, im besten wie im ungünstigsten Fall unseren Erfahrungsschatz bereichern wird.

Und wie schön ist auch der Gedanke, dass man anderen Menschen diesen Impuls der Ermunterung und Ermutigung geben kann, so dass für diesen Menschen dann aus diesem Impuls heraus vielleicht etwas gutes Neues entsteht.....

Ganz sicher habe ich mir das Thema „Ermutigung“ auch ausgesucht, weil ich mit viel Freude und Glücksgefühlen auf das Jahr 2017 zurückschaue. Unter vielen anderen schönen und spannenden Dingen, die passiert sind, ist nämlich auch ein von mir schon lange gehegter Wunschtraum in Erfüllung gegangen: Ich habe mein erstes komplett in Eigenregie organisiertes Event konzipiert, organisiert und dann auch tatsächlich Anfang November 2017 durchgeführt.

Zur Realisierung dieses Events hatte ich im letzten Jahr die Zeit, die nötige innere Ruhe, aber auch die Entschlossenheit, es einfach mal zu versuchen und habe dafür auch das Risiko in Kauf genommen, dass das ganze (noch) nicht funktioniert oder den anderen und auch mir selbst nicht so viel Freude und Zufriedenheit bringen könnte, wie ich es mir erhofft hatte.

Jedoch war mein Wohlfühl-Wochenende in Wildeshausen insgesamt für mich einfach traumhaft, mit wunderbaren Teilnehmerinnen, toller Organisation durch das Hotel und einem rundum stimmigen Ablauf. Wir hatten gemeinsam während der zwei Tage eine absolut gelungene Atmosphäre irgendwo zwischen Seminar und Klassenfahrt, mit lebhaften und ernsthaften Diskussionen, aber auch mit viel Spaß und Gelächter. Davon bekommen Sie ein paar Eindrücke durch den PDF-Anhang. Auf diesen schönen Erfolg einen dreifachen Tusch, Blaskapellen-Konzert und Konfetti-Fontäne!

Und wie es so ist, wenn man lang gehegte Wünsche in die Realität umsetzt und es dann auch noch positiv läuft, ist dieses Event für mich der Startschuss für weiterführende Events in Form von Wochenend- und auch Tages-Workshops sowie selbst organisierte Vorträge in 2018 und den folgenden Jahren.

Seien Sie gespannt, was z.B. unter den aktuellen Arbeitstiteln „Auszeit für die Sinne“, „Die innere und die äußere Haltung“, „Nimm den inneren Schweinehund an die Leine“ oder auch „Mehr Glitzer im Leben“ dann von mir so alles geboten wird.

Dafür konnte ich auch weitere tolle Gast-Referenten gewinnen, die z.B. zu den Bereichen Aromatherapie, Pilates, Osteopathie und Orthomolekular-Medizin Beiträge leisten werden. Danke an dieser Stelle an diese tollen Menschen, die meine Begeisterung und Freude teilen, solche Events in zunehmender Form anzubieten und wertvolles Wissen und Erfahrungen auf diese angenehme Art weiterzugeben.

Sobald es konkreter wird, versende ich natürlich die Infos zu diesen Workshops und Vorträgen als allererstes wieder per Rundmail, damit keinem etwas entgeht. Und wer noch Wünsche, Ideen für Workshop-Inhalte oder auch Vorschläge für eine Kooperation hat, bitte immer her damit!

Wieviele dieser Event-Ideen ich bereits im Jahr 2018 in die Tat umsetzen kann, richtet sich hauptsächlich nach der mir neben meinem „Hauptjob“ zur Verfügung stehenden Zeit für die Konzeption und Organisation, nicht aber etwa nach meiner Begeisterung - denn die ist regelrecht überschäumend!

Außerdem werde ich in den nächsten Monaten noch meine inzwischen technisch leider in die Jahre gekommenen Homepages unter „www.personal-couching.de“ sowie „www.personal-couching.com“ komplett umbauen, daher gibt es dort seit einiger Zeit auch keine aktuellen Infos oder Gästebuch-Einträge mehr zu sehen.

Jetzt zum Schluss möchte ich mich auch nochmal ganz herzlich bei allen meinen Personal Couching Kunden, Netzwerkpartnern und lieben Freunden für die tolle Zusammenarbeit, die schönen Ideen und die vielen „herzensnahen“ Momente bedanken. Das alles macht mir so viel Freude, und schenkt mir definitiv viel Ermutigung, diesen Weg immer weiter zu gehen, vom ursprünglichen kleinen Trampelpfad bis hin zum heutigen komfortablen Kiesweg. Danke!!!!



Quelle: www.soulapp.com/pinterest

Nun wünsche ich Ihnen von Herzen ein fröhliches, gesundes, ganz zauberhaftes und „wagemutiges“ Jahr 2018!

Herzlichst,

Ihre
Susanne Schwarz