



Sabine Bieger

Kraftvoll kommunizieren. 1 + 1 = 3

Haben Sie manchmal den Verdacht, dass einige Probleme durch eine ungünstige Kommunikation entstanden sind? Oder fühlen Sie sich manchmal „vollgequatscht“ und wissen nicht so recht, wie Sie sich verhalten sollen?

Eine gesunde, fruchtbare Kommunikation sollte für alle Beteiligten ein fairer und freundlicher Austausch von Ideen, Inspiration oder Hilfe sein. Dies ist die wichtigste Grundlage, um harmonische, zwischenmenschliche Beziehungen in allen Lebensbereichen schaffen zu können.

Jede Kommunikation sollte ein Ziel haben und ist erst dann sinnvoll, wenn dadurch mehr entsteht, als durch jeden Einzelnen alleine entstehen kann.

1 + 1 = 3

DES-Mentoren helfen Ihnen gerne.

Kommunikation aus energetischer Sicht

Wir Menschen sind energetische Wesen, wir brauchen Lebensenergie für alles, was uns wichtig ist, zum Beispiel um Entscheidungen zu fällen, Visionen umzusetzen und um erfolgreich zu sein.

Das Ziel von Kommunikation sollte daher sein, vorhandene und durch jeden Beteiligten eingebrachte Energien und Möglichkeiten für ein größeres Ziel zu nutzen, das wiederum auch jeden Einzelnen voranbringt.

Harmonische zwischenmenschliche Beziehungen können nur entstehen, wenn Geben und Nehmen im Gleichgewicht sind. Ein fairer Austausch von Wissen, Potentialen, Ideen, Inspiration, Information, Unterstützung und Rückenwind sollte hin und her fließen, sodass alle Beteiligten in irgendeiner Form mehr Lebensqualität und damit mehr Lebensenergie erhalten.

Dies hat nichts mit rhetorischer Finesse zu tun, sondern mit unserer inneren Einstellung anderen Menschen gegenüber und ob wir ein wirkliches Interesse haben, etwas Brauchbares zu geben.

Kommunikation ist nicht, dem anderen unsere Meinung auszudrücken oder etwas zu erwarten, was der andere nicht geben möchte. Das wäre Manipulation und führt mit der Zeit in die Isolation.



Reden und Zuhören kostet Energie, und wenn ich gerade kein Interesse am anderen habe, sollte ich still sein.

Destruktiv wirken auch die Suche nach Anerkennung und Bestätigung, der Missbrauch der Zeit und der Energie des anderen – z.B. als Mülleimer für belanglose Informationen oder als Zapfsäule für Problemlösungen.

Solchen Situationen sollten wir uns freundlich entziehen, um unsere Stimmung und damit unsere Energie zu bewahren.

Kraft- und sinnvoll kommunizieren

Wer keine faire, freundschaftliche Kommunikation in Gang setzen kann, sondern fordernd und Ich-bezogen kommuniziert, wird schnell einsam. Und kann daher weder zwischenmenschlich und oft auch nicht beruflich erfolgreich sein.

Sinnvoll kommunizieren tun wir dann, wenn wir Du-bezogen Bedürfnisse des anderen erspüren können, und wenn uns bewusst ist, was genau wir selbst an Wertvollem einbringen können.

Jeder Mensch hat einzigartige Fähigkeiten und Eigenheiten, die wertvoll sind für andere Menschen, für unser Umfeld oder für die Welt. Das können beispielsweise kreative Ideen für Problemlösungen sein, das Einbringen von Leichtigkeit in schwere Situationen oder das Bestärken von Menschen in ihrem Wesen.

Kraftvoll kommunizieren wir dann, wenn wir uns selbst nicht zu wichtig nehmen und nicht Recht haben wollen – sondern freundschaftlich etwas Positives für alle Beteiligten bewegen möchten.

Gesunde Kommunikation beginnt mit einem Angebot und der Frage, ob der andere überhaupt Interesse hat. Ist dem so, sollten wir wachsam auf ein Gleichgewicht achten. Wir können Dankbarkeit und Wertschätzung für die Zeit und Energie des anderen zeigen, um so eine Wohlfühlstimmung entstehen zu lassen, die auch schwierige Themen zu einem guten gemeinsamen Ziel führen lässt.

1 + 1 = 3 für alle Beteiligten.

Die DES-Methode

DES – Dynamische Entfaltung des Selbst – ist eine praktische Methode, unsere verborgenen Fähigkeiten und Möglichkeiten wieder zu entdecken, für eine intensive, erfolgreiche und damit gesunde Gestaltung unseres Lebens. Sie basiert auf der Erkenntnis, dass wir einen einzigartigen geistigen Wesenskern haben, der uns eine Art Leitfaden durchs Leben gibt und gelebt werden möchte.



Die DES-Methode hilft bei verschiedenen Themen des Lebens, z.B.

- Geld und Erfolg in unser Leben ziehen
- Wünsche wahr werden lassen
- Freundschaften, Partnerschaften und Liebe finden und schenken
- unsere Einzigartigkeit entfalten
- Gedanken und Gefühle heilen
- ... und vieles mehr.

Weiterführende Information wie zum Beispiel

- Artikel in der Rubrik „Presse“
- Online-Seminare
- Vorträge und Seminare von DES-Mentoren im „Veranstaltungskalender“ und
- Kontaktdaten für Einzelberatungen (in der Rubrik „DES-Netzwerk“) finden Sie unter

www.des-mentoren.net

Zertifizierte DES-Mentoren

haben eine Ausbildung an der Akademie für Wesenspsychologie durchlaufen und

- wissen, dass jeder Mensch, unabhängig von seinem äußeren Verhalten, einen immer intakten Wesenskern besitzt, und können helfen, diese geistige Essenz besser wahrzunehmen und Sie in der Entfaltung Ihrer Motivationskräfte unterstützen – für mehr Energie, Freude und Erfolg.
- haben durch viele selbst erlebte Umstände die energetischen Zusammenhänge von Herzenswünschen, Bewusstseinskräften und Lebensqualität erfahren. Sie helfen, das Nicht-Offensichtliche von Problemen zu erkennen, um Sie dann – in praktischen Schritten und in Ihrem Rhythmus – hin zu einem selbstbestimmten Leben zu begleiten.
- können Ihnen helfen, die Kraft Ihrer Gefühle aktiv und gezielt zu formen, um das in Ihr Leben zu ziehen, was zu Ihrem Wesen passt – für mehr Lebensglück und Intensität.

Informationen zur Ausbildung zum Berater, Referenten und Seminarleiter finden Sie unter www.akademie-wesenspsychologie.net