

Josef Bühlers Newsletter

Themen in diesem Newsletter

- ◆ Beziehungen vertiefen
- ◆ Trainings
- ◆ Zu guter Letzt – Etwas zum Schmunzeln

Beziehungen vertiefen

Kaum vorstellbar, dass der Pfarrer an der Beisetzung des lieben Onkels Max sagen würde: «Heute verabschieden wir uns von einem echten Schweinehund. Gott sei Dank ist er nicht mehr da und schmort hoffentlich in der Hölle! Da gehört er hin. Das hat er mehr als nur verdient. Seine Passion war, alle die ihm begegneten über den Tisch zu ziehen und das hat er ohne jeden Skrupel mit grossem Erfolg getan.» Nein, Onkel Max würde an seiner Beerdigung gewürdigt als ob er nie ein Wässerchen hätte trüben können.

Die Krux ist jedoch, dass sein Umfeld, das ihn gekannt hat und ihm nahegestanden ist, selber entscheidet, wie es Max erlebt hat, wie er in Erinnerung bleibt und welche Gefühle er hinterlassen hat.

Eine gute Bekannte von mir sagt: «Freunde wie Feinde muss man sich verdienen!» Da trifft sie den Nagel auf den Kopf, denn wir verdienen (ernten) immer das, was wir säen. Das trifft ganz speziell auch im Umgang mit Menschen zu. Es ist ein grosser Unterschied, ob wir unsere Energie verwenden um Freunde oder Feinde zu gewinnen.

Überlegen Sie sich, wie eine andere Person Sie, eine Handlung oder eine Ihrer Verhaltensweisen beschreiben und beurteilen würde. Was glauben Sie, was denkt Ihr Partner? Ihre Eltern? Ihre Kinder? Ihre Mitarbeitenden? Ihre Chefin? Ihre Kunden? Ihre Kolleginnen? Was zeichnet die Qualität Ihrer Beziehungen aus?

Unter [Downloads](#) finden Sie einen Leitfaden «Beziehungen vertiefen».

In meiner langen Trainertätigkeit habe ich festgestellt, dass Menschen die ständig an den Beziehungen arbeiten und diese vertiefen, eindeutig die bessere Lebensqualität haben. Sie stärken nicht nur ihr Immunsystem, sondern auch ihre Resilienz. Eine gute Möglichkeit an der Resilienz zu arbeiten bietet der [Frühstücks-Workshop](#) am Samstag, 5. September 2021.

Hier noch eine Geschichte, die «säen» und «ernten» in Beziehungen sehr gut auf den Punkt bringt.

Ein grosser starker und ein schwächtiger Mann waren Kollegen. Nennen wir Sie Henry und John. Henry spielte den Chef. Er kommandierte den Schwächtigen (John) ständig herum. Eines Tages gingen sie fliegen. Henry sagte zu John: «So los, packe die Sachen in das Flugzeug. Du sitzt hinten, ich vorne und ich fliege.» So flogen Sie über den Urwald. Plötzlich setzte der Motor aus und das Flugzeug stürzte ab in eine Lichtung und zerbarst. Sie überlebten den Absturz. Benommen standen sie da und sahen sich um. Am anderen Ende der Lichtung erblickten sie ein Holzhaus. Henry befahl John: «Los nimm das Gepäck. Wir gehen rüber zum Blockhaus. Da sind wir erst mal in Sicherheit!» John führte den Befehl aus. Dort angekommen standen sie vor dem Haus bei dem drei Stufen auf die Veranda führten. Die Türe war einen Spalt offen und es schien als ob niemand anwesend war. Der sonst grossmülig Henry getraute sich nicht reinzugehen und so delegierte er es an John. «Los, geh und schau was da drin los ist!» John zitterte vor Angst und getraute sich nicht zu widersprechen. Er hatte keine Ahnung was er antreffen würde. So ging er hinein, sah sich um, kam raus und sagte: «Es ist die Küche und niemand ist da». «Ok» sagte Henry «Hör jetzt genau zu. Während ich hier aufräume und Ordnung schaffe, gehst du in den Urwald und kommst nicht ohne etwas Essbarem zurück. Ich bin hungrig. Ist das klar!» Vor Angst stäubten sich John die Nackenhaare aber er getraute sich wiederum nicht zu widersprechen. Eine Art Trampelpfad führte in den Urwald. Mit zittrigen Knien lief er los und nach etwa 300 Metern stand er plötzlich vor einem ausgewachsenen Löwen. John drehte sich um und rannte vor Todesangst so schnell er konnte zurück. Der Löwe verfolgte ihn sofort und kam ihm immer näher. John schaffte es bis zur Treppe des Blockhauses als der Löwe zum tödlichen Sprung ansetzte. Da blieb John mit dem Fuss an der untersten Stufe hängen und stürzte der Länge nach auf die Treppe. Der Löwe konnte den Sprung nicht mehr bremsen und flog über John hinweg durch die Türe in die Küche hinein. John sprang auf und riss die Küchentüre zu ging zum offenen Fenster und rief: **«Henry, das ist der erste. Brate mal den. Ich hole jetzt den nächsten.»**

In jedem von meinen Trainings sind zwischenmenschliche Beziehungen ein Thema. Klicken Sie unten auf die Links und informieren Sie sich.

Trainings

- ◆ [Frühstücks-Workshop](#) mit dem Thema «Resilienz stärken» als guter Start in den Herbst.
- ◆ [Kommunikations-Training](#) Sicherer auftreten, wirkungsvoller sprechen!
- ◆ [Verkaufs-Training](#) Verkaufsprozesse optimieren, einfach mehr verkaufen!
- ◆ [Präsentations-Training](#) Ideen, Produkte und sich selbst überzeugend präsentieren, mit Video
- ◆ [Mental-Training](#) Ihre mentalen Kräfte einsetzen! Ihr Leben bereichern!

Zu guter Letzt – Etwas zum Schmunzeln

Der Grossvater erzählt seinem Enkel Sämi von früher. «Als ich im Wald war, wurde ich von 12 Wölfen angefallen.» Darauf Sämi: «Aber Grossvater, letztes Jahr waren es noch drei.» «Ja, vor einem Jahr warst du noch zu klein, um die ganze Wahrheit zu erfahren.»

Herzliche Grüsse und weiterhin alles Gute, gute Gesundheit und noch einige schöne und erholsame Sommertage.
Josef Bühler

Dagmersellen, im Juli 2021 – Newsletter Nr. 54

PS. Gefällt Ihnen der Newsletter, dann leiten Sie ihn an Ihre Bekannten weiter! Besten Dank!
Weitere Inspirationen finden Sie auf meiner Homepage unter [Downloads!](#)

Falls Sie diesen Newsletter nicht mehr erhalten möchten, schreiben Sie einfach ein Antwortmail mit dem Betreff:
Bitte keine Newsletter mehr senden

Neue Adresse:

Josef Bühler Training und Coaching
Schönbergstrasse 7 | CH-6252 Dagmersellen
Tel: 062 751 80 30 - Mobile 079 728 73 30
josef@josefbuehlertraining.ch - www.josefbuehlertraining.ch