

## Josef Bühlers Newsletter

### Themen in diesem Newsletter

- ◆ Was ein Bücherregal mit der eigenen Einstellung zu tun hat
- ◆ Highlight der Frühstücks-Workshop
- ◆ Trainings
- ◆ Zu guter Letzt – Etwas zum Schmunzeln

### Was ein Bücherregal mit der eigenen Einstellung zu tun hat

Frau Huber kontaktierte den Ratgeber einer Illustrierten über die Beziehung mit ihrem Mann. Sie schrieb: «Mein Mann trinkt am Wochenende Bier, schaut oft und damit meiner Meinung nach zu viel Fernsehen, statt mit mir zu reden und rührt keinen Finger im Haushalt. Das stört mich enorm. Er hat jedoch auch seine guten Seiten. Er ist ein guter Vater, arbeitet viel, raucht nicht und geht nicht fremd. Eigentlich ein toller Mann und ich liebe ihn. Wie soll ich mit dieser Situation umgehen. Wie kann ich ihn ändern? Soll ich mich scheiden lassen? Was raten Sie mir?»

Antwort der Redaktion an Frau Huber:

Nehmen wir an, Sie haben ein Büchergestell mit 100 Büchern schön eingeordnet. Jedes Buch hat seine Geschichte. Sie wissen wann und wo Sie es gekauft haben, welche Sie als Geschenk bekommen und welche Sie ausgeliehen haben. Sie haben grosse Freude an den Büchern und lieben sie. Ein fast perfekter Anblick, ausser dass im linken untersten Regal drei Bücher sind, die nicht Ihrem Geschmack entsprechen, die Sie nicht einmal fertiggelesen haben. Es stört Sie jedes Mal, wenn Sie nach unten links schauen. Sie können sie jedoch nicht wegwerfen, denn es würde eine Lücke geben und das Ganze, die Einheit, stören.

Aufgrund dessen haben Sie drei Möglichkeiten:

1. Sie entsorgen das Regal mit allen Büchern.
2. Sie konzentrieren sich auf die drei Bücher unten links und regen sich jedes Mal auf.
3. Sie richten Ihr Augenmerk auf die 97 anderen Bücher und haben jeden Tag Freude daran und lernen mit den drei nervigen Büchern zu leben.

Diese Story spiegelt sich in den Beziehungen mit unseren Partnern, Mitarbeitenden, KundenInnen, Kindern etc. in unserem Leben. Jeder von uns hat seine Fehler, seine Makel, Eigenheiten, etc. In einer Beziehung kommt es darauf an, auf was wir uns konzentrieren. Ist unser Augenmerk ausgerichtet auf die wenigen Makel oder auf die positiven Seiten.

Folgende Story passt sehr gut zu diesem Thema:

*Eine junge Frau fragte eine ältere Dame, warum sie nie geheiratet habe.*

*«Ach», antwortete die ältere Frau «ich hatte mir vorgenommen, nur dann zu heiraten, wenn ich den perfekten Mann gefunden habe. So suchte ich lange Jahre und begegnete vielen Männern, die nett, schön und intelligent waren. Aber keiner davon war perfekt.»*

*Nach einer kleinen Pause fuhr sie fort: «Eines Tages sah ich ihn. Ich wusste sofort, dass er in jeder Hinsicht perfekt war. Und als ich ihn dann kennenlernte, stellte sich heraus, dass er tatsächlich in jeder Hinsicht ein makelloses Juwel war.»*

*«Und, warum hast du ihn dann nicht geheiratet?» fragte die junge Frau.*

*Die ältere Dame seufzte tief: «Das Problem war, dass er die perfekte Frau suchte.»*

Da stellt sich doch die Frage:

Was spiegelt mir die andere Person?

Was sind die guten Seiten?

Welche Macken habe ich, die den anderen stören könnten?

Was sind die guten Seiten?

Meine Trainings helfen diesbezüglich im Umgang mit Mitmenschen.

Ganz speziell das **Kommunikations-Training**. Es beinhaltet wichtige Elemente der emotionalen und sozialen Kompetenz. Das Training beginnt am Dienstag, 19. März 2024, und dauert insgesamt 6 Abende, jeweils von 18.30 – 22.00 Uhr. Als ehemalige Teilnehmerin und ehemaliger Teilnehmer haben Sie einen Wiederholerpreis. Rufen Sie mich an. Nehmen Sie diesen Frühling die Gelegenheit

wahr und trainieren Sie wieder mal Ihre Softskills in einer positiven Atmosphäre. So wie es Sportler auch tun, die jeden Tag trainieren, trainieren...

Für mehr Infos: [Kommunikations-Training](#)

### Highlight

Der [Frühstücks-Workshop](#) mit dem Thema – «**Pro-Aktiv durch innere Stärke**» findet am Samstag, 02. März 2024, im Hotel aarau-West, Oberentfelden statt.

Dieser Workshop gibt Ihnen die Kraft, vermehrt zu agieren, statt zu reagieren.

Melden Sie sich jetzt an. Es hat noch einige wenige Plätze frei. Zu mehr Infos und zur Anmeldung führt dieser [Link](#)

### Trainings

[Mental-Training](#) Ihre mentalen Kräfte einsetzen! Ihr Leben bereichern!

Samstag, 09. und Sonntag, 10. März 2024

Dieses Training hilft, die Gedanken unter Kontrolle zu haben und Ängste und Stress im richtigen Verhältnis zu sehen.

[Verkaufs-Training](#) Verkaufsprozesse optimieren, einfach mehr verkaufen!

[Präsentations-Training](#) Ideen, Produkte und sich selbst überzeugend präsentieren, mit Video!

### Zu guter Letzt – Etwas zum Schmunzeln

Mitarbeiter: «Chef, kann ich heute zwei Stunden früher Schluss machen? Meine Frau will mit mir einkaufen gehen.»

Chef: «Kommt gar nicht in Frage.»

Mitarbeiter: «Vielen Dank Chef, ich wusste, Sie würden mich nicht im Stich lassen.»

Herzliche Grüsse und weiterhin alles Gute.

Josef Bühler

Dagmersellen, im Februar 2024 – Newsletter Nr. 75

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

Josef Bühler Training und Coaching

Schönbergstrasse 7 | CH-6252 Dagmersellen

Tel: 062 751 80 30 - Mobile 079 728 73 30

[josef@josefbuehlertraining.ch](mailto:josef@josefbuehlertraining.ch) - [www.josefbuehlertraining.ch](http://www.josefbuehlertraining.ch)