

Josef Bühlers Newsletter

Themen in diesem Newsletter

- ◆ Wenn selbst dem Löwen das Selbstvertrauen fehlt
- ◆ Highlight – Der Abend-Workshop
- ◆ Trainings
- ◆ Zu guter Letzt – etwas zum Schmunzeln

Wenn selbst dem Löwen das Selbstvertrauen fehlt

Der Gladiator Zatanos gewann jedes Duell gegen jeden Löwen in der Arena im alten Rom. Julius Cäsar wollte wissen, wie er das bloss anstellte. So konzentrierte er sich das nächste Mal intensiv auf Zatanos. Er sah, wie Zatanos sich hinter den Löwen schlich, ihn packte und ihm etwas ins Ohr flüsterte. Augenblicklich legte sich der Löwe auf den Rücken, streckte alle vier Pranken in die Luft und ergab sich. Cäsar rief den Gladiator zu sich und sagte: «Ich schenke dir die Freiheit, wenn du mir das Geheimnis verrätst, was du dem Löwen jeweils ins Ohr flüsterst.» Zatanos antwortete: «Oh Cäsar. Es ist ganz einfach. Ich sage jeweils dem Löwen in dieser Arena sind Tausende von Zuschauern und wenn du gewinnst, wollen diese wissen, wie du das gemacht hast. Das heisst, du musst dich aufrichten und eine Rede von mindestens 10 Minuten halten.»

Diese kurze Geschichte steht symbolisch für eine der grossen Ängste, die Menschen heute noch haben. Davor eine öffentliche Rede, einen Vortrag oder eine Präsentation zu halten, eine Sitzung leiten oder ein Kundengespräch führen, etc. Um gut zu kommunizieren, braucht es mehr als nur die richtigen Worte. Es braucht Selbstvertrauen, Ausstrahlung, soziale Kompetenz und Begeisterung.

Ich werde immer wieder gefragt: «Josef, hast du auch Lampenfieber vor einer Präsentation oder vor einem Workshop?» Meine Antwort: «Ja, das habe ich auch manchmal. Nur mir sieht man es nicht mehr an. Ich habe meine eigenen Techniken entwickelt, um das Lampenfieber unter Kontrolle zu bringen.» Solche Techniken sind sehr individuell. Es geht darum herauszufinden welche Technik für Sie gut ist.

Braucht es denn Lampenfieber? Meine Erfahrung zeigt, dass es eine gewisse Anspannung braucht, für eine gute Rede, Präsentation, Vortrag, etc. Es ist wie das Gewürz in einem guten Essen. Sonst wirkt es fade.

Nehmen Sie diesen Herbst die Gelegenheit wahr und trainieren Sie die oben erwähnten Fähigkeiten in einer positiven Atmosphäre im **Kommunikations-Training**. So wie es Sportler auch tun, die jeden Tag trainieren, trainieren...

Die nächste Herausforderung kann schon sehr bald vor Ihnen stehen und Sie möchten doch gewappnet sein. Oder etwa nicht? Als WiederholerIn haben Sie spezielle Konditionen.

Zu mehr Infos und zur Anmeldung führt dieser Link: [Kommunikations-Training](#)

Beginn: Donnerstag, 19. Oktober 2023 – Dauer: 6 Abende

Highlight im November 2023 - Der Abend-Workshop – Umgang mit schwierigen Menschen

Anscheinend scheine ich mit diesem Thema in ein Wespennest gestochen zu haben. Das Interesse ist gross und aufgrund zahlreicher Anfragen führe ich diesen Workshop nochmals als Abend-Workshop, am Mittwoch, 29. November, durch. Schon die Durchführung im September war ein grosser Erfolg. Nutzen Sie diese Chance und melden Sie sich umgehend an.

Zu mehr Infos und zur Anmeldung führt dieser Link: [Abend Workshop](#)

Ein Teilnehmer schrieb folgende Rückmeldung: «Ich danke Dir für das tolle Seminar am Samstag. Es war ungelogen eines der besten Seminare, das ich in meinem Leben besucht habe. Danke, für die Folien und ich melde mich sicher!»

Weitere Trainings

[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

Max: «Mama, gibst du mir ein bisschen Münz für den alten Mann?» Mama: «Wie schön, dass du einem alten Mann helfen willst. Wo ist er denn?» Max: «Er verkauft Glacé in der Gelateria.»

Herzliche Grüsse und weiterhin viel Erfolg
Josef Bühler

Dagmersellen, im September 2023 – Newsletter Nr. 72

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 - www.josefbuehlertraining.ch