

Kommunikation als Erfolgsfaktor

Teil 5

von Joachim Besier



Joachim Besier ist seit 1995 selbständig als Trainer und Coach tätig. Er versteht es, Menschen in unterschiedlichen Zielgruppen und Situationen praxisnah für ihre Aufgaben in der Zukunft zu motivieren und zu unterstützen.



„Das Gesicht verrät die Stimmung des Herzens.“

Die Aussage des italienischen Dichters Dante Alighieri "Das Gesicht verrät die Stimmung des Herzens" ist mein Leitmotiv, denke ich über das Thema Stimmungsmanagement nach. Stimmung bildet ein wichtiges Element zwischenmenschlicher Beziehungen, nicht nur zur weihnachtlichen Festzeit und zum Jahreswechsel.

Begriff "Stimmungsmanager" ist patentrechtlich geschützt

Aus meiner langjährigen Arbeit als Trainer und Coach habe ich den "Stimmungsmanager" kreiert und seit dem 7. Februar 2011 die Wortmarke "Stimmungsmanager" beim Deutschen Patentamt in Jena schützen lassen. Der Stimmungsmanager ist bestrebt, sich selbst und sein Gegenüber in eine positive Gefühlslage zu versetzen und dabei eigene und fremde Reaktionen sensibel einzubeziehen. Das gilt für alle Situationen des Lebens - beruflich, familiär, im Sport und auch im Ehrenamt. Gute Leistungen, vertrauensvolle Zusammenarbeit, wirkliches Wohlfühlen und dauerhafte Zufriedenheit gedeihen nur in guter Stimmung.

Was ich ausstrahle, ziehe ich an! Wer schlechte Stimmung verbreitet, muss sich nicht wundern, wenn die Stimmung unangenehm wird. Parallel ermuntere ich auch jede Persönlichkeit dazu, sehr ehrlich über die eigenen Gefühle und die eigene Stimmung zu reden. Nur so kann sich die Lage entspannen. Sehr leicht kann Stimmungsmanagement auch mit "Party machen" verwechselt werden. Stimmung wird aber auch im Falle von Pietät angesichts des Todes verarbeitet. Die Rolle als Stimmungsträger hat aus meiner Sicht einen Viruseffekt. Auch bei kranken Menschen kann die Stimmung nämlich gut sein.

Menschenkenntnis und Kommunikationstechniken sind gefordert

Je mehr Menschenkenntnis vorhanden ist, um so eher kann jeder selbst Stimmungsmanager sein. Stimmungsmanagement lässt sich zudem umso intensiver anwenden, je mehr Kommunikationstechniken bekannt sind. Professionelles Fragen ist hierbei das A und O. So kann die Stimmung zu jeder Zeit eingefangen werden. Besonders wichtig ist auch das Zuhören. Beim aktiven Zuhören (sachliches und emotionales Spiegeln des Gesagten) merkt der Gesprächspartner sehr schnell, dass sein Gegenüber ihn versteht und die geschilderte Gefühlswelt verinnerlicht. Ebenso gilt es, das passive Zuhören (vom Schweigen über das Nicken, den Blickkontakt bis hin zu kurzen Bestätigungswörtern senden wie "mhm" oder "ja") einzusetzen.

Jeder ist Stimmungsmanager, gerade zur Weihnachtszeit

Zum Jahreswechsel habe ich noch einen ganz besonderen Hinweis. In der Zeit, in der die Familie näher zusammenrückt, sind oftmals auch Konflikte vorprogrammiert. Hier sind Stimmungsmanagement und Kommunikation ganz besonders gefordert. Wenn also sprichwörtlich der "Baum brennt" und der Ärger da ist, sollten Sie nicht in vorwurfsvollen "Du-Botschaften" sprechen. Denn so verschlechtern Sie die Stimmung weiter. Stattdessen sollten Sie "Ich-Botschaften", die keine Schuldgefühle beim Anderen auslösen, senden. Als Standard-Beispiel dient hier "Da habe ich mich falsch ausgedrückt!" statt "Das hast Du falsch verstanden!"

Weihnachten ist das Fest der Liebe. Oftmals wird jedoch schlechte Stimmung verbreitet. Der Sozialpädagoge Wolfgang Endres sagt: "Der Tag schmeckt so, wie ich ihn am Morgen würze." Aktives Stimmungsmanagement kann gerade in der Weihnachtszeit Positives bewirken.

Alles Gute zum Jahreswechsel – es grüßt herzlichst

Joachim Besier
Joachim Besier

Ihr Trainer und Coach für Kommunikation, Persönlichkeits- und Organisationsentwicklung

Aktuelle Trainingstermine

Freitag, 08.02.2013	Mitarbeiter-Führung: Vom Chef zum Coach
Freitag, 08.03.2013	Telefon-Training: Professionell Telefonieren im Tagesgeschäft
Freitag, 15.03.2013	persolog®-Persönlichkeits-Training
Freitag, 12.04.2013	Moderieren als Führungskraft
Freitag, 19.04.2013	Konflikte besser lösen!



Joachim Besier
Training & Beratung

Seminare - Workshops - Coaching

Sie haben Interesse an meinen Trainings
oder einem persönlichen Coaching?

Infos unter 06409 80044 oder www.joachim-besier.de

Einblick in meine Trainings- und Coaching-Themen: Bewerber-Training/-Coaching • Coaching von Teams/Einzel-
personen • Führung • Konfliktmanagement und Mediation • Kundenorientierung und Service • Moderation •
Persönlichkeitsanalyse • Präsentationstechnik • Rhetorik • Schlagfertigkeit • Telefontraining • Verkaufstraining