Erfolg lässt sich positiv beeinflussen

Erfolg kommt nicht von allein, aber er lässt sich positiv beeinflussen, wenn man die Erfolgsgeheimnisse kennt.

Dazu hatte die Personaltrainerin Beate Recker reichlich Strategien und Tipps für die 130 Frauen, die auf Einladung der Riesenbecker Landfrauen im Parkhotel Surenburg einen lebhaften Abend verbrachten.

Anhand von berühmten erfolgreichen Frauen zeigte sie deren Eigenschaften auf, die sie erfolgreich machten.

Wichtig sei, sich selbst wichtig zu nehmen. „Investiere in dich selbst, sei die Nummer 1 in deinem Leben!“

Alte Glaubenssätze wie „Eigenlob stinkt“ wurden über Bord geworfen, denn genau das Gegenteil sei der Fall: „Eigenlob stimmt“.

Sich selbst und die eigenen Leistungen ins rechte Licht rücken sei enorm wichtig für das eigene Selbstwertgefühl und das Wohlbefinden. Außerdem solle man sich nicht von Kritikern kränken lassen, sondern ihnen selbstbewusst Paroli bieten.

Dabei sei Humor die beste Waffe. Dazu hatte die Trainerin viele schlagfertige Botschaften auf Lager. Auch Hartnäckigkeit zahle sich aus. Wenn jeder stetig an sich und seinen Zielen arbeitet, stellt sich Erfolg irgendwann von ganz allein ein.

Alle Teilnehmerinnen erhielten eine Karte mit 13 goldenen Autosuggestionen, eine Methode, mit Hilfe derer das Unterbewusstsein und die eigenen Gedanken positiv gesteuert werden.

So aktivierte die ausgebildete Tanz- und Ausdruckstherapeutin alle Frauen gemeinsam mit ihr die Tanz- und Lockerungsübungen zu machen und gemeinsam die Autosuggestionen zu sprechen. Angefangen von „Es ist möglich!“ über „Ich schaffe es!“ bis „Ich bin sexy!“

Der kurzweilige interessante Abend bot viel Input für die Teilnehmerinnen: “ Ein wohltuender Abend -- nur für uns.“ war das Resümee einer Teilnehmerin.