

Birgit Struwe

Persönlichkeitsentwicklung ist (k)ein Wellnessurlaub

Wie gut kennst du dich und deine Persönlichkeit wirklich?

Ich möchte dir aufgrund meiner Erfahrungen zeigen, wie wichtig, schmerzhaft und schön es ist, sich selbst zu entdecken und zu kennen, damit du deinen Weg finden und gehen kannst. Dabei merkst du, warum Persönlichkeitsentwicklung (k)ein Wellnessurlaub ist und wie sich das Leben dauerhaft nach Urlaub anfühlen kann. Zusätzlich verrate ich die Erfolgsmethode für Veränderungen, damit du mit Leichtigkeit und Lebensfreude die gesetzten Ziele erreichst. Mein Anstoß zum Handeln hatte zwei Auslöser. Beim Best-Management-Practice-Kongress

hielt ich einen Vortrag mit dem Titel „The slightly different leader als Erfolgsfaktor bei Transformation und Change“. Meine Kernbotschaft, dass „der etwas andere Leader“ sich durch sein Durchhaltevermögen und die Einhaltung seiner Werte auszeichnet, stieß auf große Resonanz. Doch warum fühlte sich die Realität oft anders an? Ich erlebte Führungskräfte, die nicht im Einklang mit ihren Werten handelten. Sie spielten eine Rolle und waren nicht sie selbst und in ihrer Kraft.

Auch ich hatte in dieser Zeit einige private und berufliche Herausforderungen zu meistern. Meine Mama war an Leukämie erkrankt, und wir hatten ein gemeinsames Lebensmotto: „Träume nicht dein Leben, sondern lebe deinen Traum“. In der Zeit der Erkrankung fügte sie ein Motto hinzu: „Jeder Tag ist ein Geschenk.“ Was wir in dieser Zeit erlebten, ist mit Worten nur schwer zu beschreiben. Wir machten schöne Urlaube, waren auf den höchsten Bergen Deutschlands und verbrachten eine sehr intensive Familienzeit, in der wir noch mehr füreinander da waren. Dann kam der Tag, vor dem ich lange Zeit wohl am meisten Angst hatte: Meine Mama schlief friedlich ein und gab uns mit ihren letzten Worten eine Botschaft mit: „Lieber Gott, hilf der Erde!“ Diese fünf Worte haben mich so emotional berührt, und gleichzeitig haben sie meine Angst und Traurigkeit in Vertrauen, Liebe und Dankbarkeit verwandelt.

Ich habe sehr stark gespürt, dass eine Veränderung notwendig ist, um in mein Leben 2.0 zu starten. Ich holte mir vielfältige Inspirationen und externe Unterstützung. Zuerst lernte ich die „fresh-academy“ mit ihren zwei wundervollen Trainern kennen und schätzen. Ich öffnete mich für neue Möglichkeiten, löste Ängste und limitierende Glaubenssätze auf, deckte vorhandene Ressourcen wieder auf, und ich erkannte die Faszination der Sprache und der Kommunikation.

Das größte Geschenk war das Bewusstsein über die Möglichkeiten, die ich mit dem gezielten Einsatz meiner Wahrnehmungskanäle habe. Ich lernte wieder präsent und achtsam zu sein, im Hier und Jetzt zu leben und machte Meditation zu meiner täglichen Praxis.

Nach 50 (!) Seminartagen, dem Abschluss meiner (Hypno-&-)Coaching-Ausbildung, kann ich immer mehr das Leben meiner Träume leben und anderen wertvolle Impulse und Unterstützung geben, damit sich auch ihr Leben nach dauerhaftem Urlaub anfühlt. Darüber hinaus besuchte ich verschiedene Veranstaltungen mit guten Gedanken, nahm an (Online-)Kongressen teil und entschied mich für die Business Factory Masterclass Cologne. Was ich in einem Jahr, in 36 Präsenztagen, bei 33 Top-Experten und in 12 Themenbereichen mit mehr als 100 Teilnehmern erlebt und gelernt habe, ist für meine persönliche Entwicklung und für meinen Start als selbstständige Unternehmerin unersetzlich. Besonders die hohe Praxisrelevanz und die starke Umsetzungskraft der Community haben auch mich auf ein anderes Level gebracht.

Zusätzlich habe ich gemeinsam mit meinem Mann die Universität „Meisterwerk Leben“ mit Begeisterung erlebt. Diese gemeinsamen Erfahrungen sind für unsere Partnerschaft so wertvoll und wichtig. Aus diesen Impulsen und Erfahrungen entwickelte ich die Erfolgsmethode für Veränderungen, mit der du deine Ziele mit Leichtigkeit und Lebensfreude erreichst. Ich nenne sie die 3-Hügel-Erfolgsmethode. Einerseits kommt der Begriff aus meinem wiederentdeckten Hobby, dem Bergwandern. Früher waren die Berge und einige Herausforderungen für mich unüberwindbare Hindernisse oder zu hoch, um sie zu erklimmen. Mittlerweile, weil mein Warum und meine Ziele klar sind, sind es kleine Hügel, die ich mit Leichtigkeit und Spaß erklimme. Andererseits steht der Begriff für die 3 H - Haltung, Herz und Hirn. Denn ich habe gelernt, dass meine innere Einstellung (Haltung) bestimmt, wie sich mein Leben entwickelt. Und daher vertraue ich mir und dem Leben.

Du kannst nicht alle Ereignisse beeinflussen, doch du kannst deinen Fokus selbst bestimmen. Das Herz ist der Schlüssel zum selbstbestimmten Leben. Ich nehme meine Gefühle wahr und frage mich oft: „Was würde die Liebe tun?“ Die Liebe ist der Sauerstoff für die Seele und die stärkste Macht der Welt.

Daher folge immer deinem Herzen und deiner Intuition. Das Hirn ist die Quelle deiner Realität. Alles, was du denkst und glaubst, das wird dein Leben. Du bist verantwortlich für dein Leben. Dankbarkeit ist das Reinigungsprogramm für die Seele und die Antwort auf unsere Gedanken im Hirn. Probleme sind Geschenke, sei dankbar!

Ein wichtiger Schritt bei meiner Reise, mich zu entdecken und das Thema Menschenkenntnis weiter auszubauen, war die intensive Anwendung von Persönlichkeitsanalysen. Ich habe meine Persönlichkeitsstruktur mit diagnostischen Instrumenten, sogenannten Persönlichkeitsanalysen, erfasst, um meine individuellen Persönlichkeitseigenschaften zu erkennen. Mit dieser Grundlage und den Erkenntnissen daraus ist es mir noch leichter gefallen, meine Entwicklung passgenau, motivorientiert, bedarfs- und typgerecht weiterzuführen und vor allem auch das Miteinander auf ein anderes Level zu heben. Ich habe mich wie eine Zwiebel von außen nach innen entdeckt - zuerst meine Wahrnehmung und Wirkung mit meinen Fähigkeiten, dann meine Verhaltenspräferenzen und schließlich die für mich spannendsten Persönlichkeitsmerkmale: mein Wertesystem nach 9 Levels und meine Lebensmotive nach Reiss. Da diese Erkenntnisse und vor allem auch die Praxisrelevanz so beeindruckend für mich sind, habe ich die Zertifizierungen zum „Reiss Motivation Profile Master“ und zum 9-Levels-Berater erfolgreich durchgeführt, sodass ich diese Analysen in meinen Coachings zur Organisations- und Persönlichkeitsentwicklung mit großem Erfolg unterstützend einsetze.

Nachdem ich mir meiner Persönlichkeit, meiner Vision und meiner Ziele bewusst war, ging es ganz konkret an die Umsetzung. Und diese Veränderungen bedeuteten vor allem auch, Entscheidungen zu treffen, loszulassen, aus der Komfortzone zu treten, neue Strategien zu implementieren und die Visionen und Ziele konsequent zu verfolgen. Ich habe mich nach 25 Jahren als Führungskraft in international agierenden Unternehmen selbstständig gemacht und agiere jetzt als Businesspartnerin und Impulsgeberin für Unternehmen und Menschen, die sich wirklich verändern wollen. Dabei agiere ich im Einklang mit meinen Bedürfnissen und Werten und achte bewusst auf die Passung meiner Lebenswelten. Daher fühlt sich mein Leben tatsächlich nach dauerhaftem Urlaub an. Die leuchtenden Augen meiner Kunden nach Coachings und die Dankbarkeit und das Vertrauen der Menschen, mit denen ich arbeite, geben mir so viel Energie und gute Gefühle, dass wir gemeinsam die Erde zu einem besseren Ort machen. Und immer wieder stehen bei mir und meinen Kunden das Wachsen, Entwickeln, Transformieren und das Lernen aus Erfahrungen im Mittelpunkt. Und das mit Leichtigkeit, da passend zu meinen Bedürfnissen und Werten, mit Spaß durch die Anwendung der 3-Hügel-Erfolgsmethode und mit garantierter Zielerreichung, da mein Warum und das Ergebnis klar sind.

Meine wichtigsten Erkenntnisse sind:

Wissen ist nicht gleich Bewusstheit - hab' den Mut, dich zu entdecken, deine Gefühle bewusst wahrzunehmen und präsent zu sein! Wollen und Planen ist nicht gleich Machen - nutze die 3-Hügel-Erfolgsmethode für deine individuellen Veränderungen und trage die Verantwortung für dein Leben! Sicherheit und externe Anerkennung sind nicht gleich Erfolg und Erfüllung - befreie dich aus dem Hams-

terrad, den Erwartungen und Vorgaben anderer, handle nach eigenen Bedürfnissen und Werten, setze und erreiche deine eigenen Ziele! Und dann fühlt sich das Leben wie ein dauerhafter Urlaub an. Hab also Lust und Mut, dich wirklich zu entdecken! Und dann sei du selbst! Die anderen gibt es schon.



Möchtest du noch mehr über deine Persönlichkeit herausfinden? Dann haben wir ein Geschenk für dich. Unter folgendem Link gelangst du zu deiner kostenfreien Persönlichkeits-Analyse:
www.business-factory.com/geschenk