



## **Mit Selbstsicherheit mehr erreichen: Was Smalltalk mit sozialer Kompetenz zu tun hat ...**

Von Mankau Verlag

Erstellt am 30 Jun 2011 - 14:18

Jeder wäre gern souverän, sympathisch und selbstbewusst, aber die meisten halten diese Eigenschaften entweder für naturgegeben oder orientieren sich bei ihrer Verwirklichung zu sehr an Äußerlichkeiten. Das Buch „Das Geheimnis der positiven Ausstrahlung“ zeigt, auf welche Weise wir mehr Selbstsicherheit erlangen und wie sich die geistigen Gesetze in der Praxis umsetzen lassen.

Gute Umgangsformen und Sozialkompetenz machen sympathisch

Menschen beeindruckt uns, wenn sie souverän auftreten und jeder Situation gewachsen sind. Dafür bedarf es zunächst einmal einer gesunden Portion Selbstsicherheit. Nur wer sich seiner Sache „sicher“ ist, kann zwanglos mit anderen plaudern, auf Mitmenschen zugehen und Kontakte knüpfen. Unsicher ist ein Mensch häufig dann, wenn er unwissend ist. Als charismatisch und ausstrahlungstark wird ein Mensch insbesondere dann angesehen, wenn er zwar selbstsicher auftritt, aber keineswegs egoistisch anmutet. Beeindruckende und sympathische Persönlichkeiten besitzen daher eine ausgeprägte soziale Kompetenz. Sie können die Gefühle ihrer Mitmenschen lesen und dementsprechend handeln. Sie nehmen Rücksicht auf ihr Umfeld. Sie sind aktiv und können auf Gesprächspartner zugehen. Sie suchen den Dialog. Und sie verfügen über gute Umgangsformen, die ihnen in jeder Lebenslage Sicherheit verleihen und die Gewissheit geben, dass sie jeder Situation und jedem Gesprächspartner gewachsen sind.

Ein positiver Mensch ist wie ein Magnet

Als sozial kompetent gilt, wer über ein hohes Maß an Kommunikationsfähigkeit, Kooperationsfähigkeit, Konfliktfähigkeit, Einfühlungsvermögen (Empathie) und emotionaler Intelligenz verfügt. In kaum einer anderen Situation zeigt sich soziale Kompetenz so gut wie in Gesprächen. Beim Smalltalk ist es unabdingbar, dass auf Äußerungen des Gegenübers eingegangen wird und Gesprächsthemen gewählt werden, die diesen interessieren und über die sich der andere gern unterhalten würde. Sie müssen kommunizieren, kooperieren, Konflikten aus dem Weg gehen, empathisch sein und über emotionale Intelligenz verfügen, um dem anderen nicht aus Versehen „auf die Füße“ zu treten. Ein positiver Mensch ist wie ein Magnet. Andere Menschen scharen sich oft um ihn und halten sich gerne in seiner Gesellschaft auf.

Was die geistigen Gesetze mit Ausstrahlung und Erfolg zu tun haben

Nach Auffassung der gelernten Juristin und Karriereberaterin Carolin Lüdemann beginnt der Weg zum Erfolg mit den richtigen Gedanken. Zusammen mit Diplom-Psychologin Kathrin Emely Springer zeigt sie, wie man seine Außenwirkung verbessert und an Selbstsicherheit gewinnt: „Was man sich vorstellen und an was man glauben kann, das können wir auch erreichen oder es erreicht uns.“ Positive Gedanken bewirken oft mehr als alle Worte. Die Welt, in der wir leben, und die Menschen, die wir anziehen, haben zum großen Teil damit zu tun, welche Glaubenssätze wir tief in unserem Inneren mit uns tragen. Glaubenssätze führen dazu, dass wir sind, was wir denken. Arbeitet man gezielt am „inneren Dialog“, ändert man sich nicht nur im Inneren, sondern trägt das auch nach außen. Das bezeugen auch die geistigen Gesetze, z. B. von Ursache und Wirkung, Resonanz, Ausgleich, Widerstand, Projektion etc. Sind wir uns dieser Gesetzmäßigkeiten bewusst, so lässt sich das Leben leichter gestalten. In sieben Schritten und in nur 16 Tagen lässt sich diese Theorie erfolgreich in die Praxis umsetzen und durch leichte Übungen im eigenen Unterbewusstsein verankern.

#

Carolin Lüdemann / Kathrin Emely Springer

Das Geheimnis der positiven Ausstrahlung

Sympathisch, souverän und selbstbewusst in sieben Schritten

Mankau Verlag, 1. Aufl. Mai 2011



12,95 € (D) / 13,40 € (A), Broschur, 15,1 x 23,5 cm, 158 S.

ISBN 978-3-938396-76-6

#### LINK-EMPFEHLUNGEN:

\* Interview mit Carolin Lüdemann und Kathrin E. Springer: Das Geheimnis der positiven Ausstrahlung: <http://www.mankau-verlag.de/forum/content/carolin-luedemann-kathrin-emel...> [1]

\* Informationen und Leseprobe zum Buch \"Das Geheimnis der positiven Ausstrahlung\": <http://www.mankau-verlag.de/verlagsprogramm/besser-leben/luedemann-carol...> [2]

\* Mehr zur Autorin Carolin Lüdemann: <http://www.mankau-verlag.de/autoren/autoren-f-p/luedemann-carolin/> [3]

\* Mehr zur Autorin Kathrin Emely Springer: <http://www.mankau-verlag.de/autoren/autoren-q-z/springer-kathrin/> [4]

\* Internetforum mit Carolin Lüdemann und Kathrin Emely Springer: <http://www.mankau-verlag.de/forum/forum.php> [5]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 04:53):** <http://www.medkom24.eu/node/14570>

#### Links:

[1] <http://www.mankau-verlag.de/forum/content/carolin-luedemann-kathrin-emely-springer-das-geheimnis-der-positiven-ausstrahlung-26/>

[2] <http://www.mankau-verlag.de/verlagsprogramm/besser-leben/luedemann-carolin-springer-kathrin-emely-das-geheimnis-der-positiven-ausstrahlung/>

[3] <http://www.mankau-verlag.de/autoren/autoren-f-p/luedemann-carolin/>

[4] <http://www.mankau-verlag.de/autoren/autoren-q-z/springer-kathrin/>

[5] <http://www.mankau-verlag.de/forum/forum.php>