

Herzlich willkommen zu  
„Human Excellence Tipps“ – Juni 2005

Dieser Tipp ist ein kostenloser Service der Human Culture Akademie GmbH

<http://www.hc-akademie.com>

Wir fördern Human Excellence in Business

Der Newsletter ist gratis. Falls Sie ihn nicht mehr erhalten möchten, schicken Sie bitte eine Mail mit Ihrer Empfänger-Emailadresse an <mailto:info@hc-akademie.com?subject=KündigungHumanExcellenceTipp>.  
Danke!

Viel Erfolg wünscht Ihnen Ihr Berater- und Trainerteam/Coaches

Inhaltsverzeichnis:

1. Motivierende Zitate
2. Die Macht der Konzentration
3. Neues von der Human Culture Akademie
4. Humor - Terrorwarnung

=====

#### 1. Motivierende Zitate

Sobald jemand in einer Sache Meister geworden ist, sollte er in einer neuen Sache Schüler werden. Gerhart Hauptmann

Ein Weg bildet sich dadurch, dass er begangen wird. Tschuang Tse

=====

#### 2. Die Macht der Konzentration

Möchten Sie gern mehr erreichen und dieses effektiver und wirkungsvoller?  
Haben Sie öfter das Gefühl, in Ihrem Leben mit einem Fuß voll auf dem Gaspedal zu stehen und gleichzeitig mit dem anderen Fuß zu bremsen?

In vielen der Coachings, die wir durchführen, stellen wir immer wieder fest, es ist immer wieder die mangelnde Fähigkeit zur bewussten Konzentration, die sowohl Menschen als auch Teams und ganze Firmen behindert an der Erreichung ihrer Ziele.

Es ist heute von größtem Wert und Wichtigkeit, diese Macht der Konzentration nutzen zu lernen. Die größten Genies erreichen nichts, wenn sie nicht lernen, sich zu konzentrieren.

Sie brauchen aber nicht entmutigt zu sein, wenn Sie es nicht schaffen, all Ihre Gedanken auf ein Thema lange zu konzentrieren. Nur sehr wenige Menschen können dies.

Es scheint schon komisch, dass wir uns viel leichter auf etwas konzentrieren können, was nicht so gut für uns ist, als für etwas, das nützlich für uns ist. Diese Tendenz kann durchbrochen werden, wenn wir bewusst lernen, uns zu konzentrieren.

Einer der Hauptgründe, warum wir uns immer wieder von weniger nützlichen Dingen ablenken lassen ist, das wir für diese Dinge Anerkennung bekommen und/oder uns auf gewohnten Pfaden bewegen. Für die Lebensaufgaben, die vor uns liegen, werden wir nur selten oder nie Anerkennung bekommen.

Deshalb ist es so wichtig, Konzentration bewusst zu lernen.

Natürlich wird es Rückschläge geben. Übungen, welche für den einen Menschen hervorragend sind, können für den Anderen nicht geeignet sein oder sogar lächerlich für diesen erscheinen. Hier kann auch ein professioneller Coach helfen.

(Kleiner Marketingtipp: Die Coaches der Human Culture Akademie haben langjährige Erfahrung mit vielen verschiedenen Methoden, verschiedenen Menschen und Teams – Unternehmer, Führungskräfte, Teams und Privatpersonen haben schon viel von unserer Prozessbegleitung profitiert. Sprechen Sie uns gern hierzu an: 0941 - 6 98 98 630)

Eine Möglichkeit die wir hier erwähnen möchten, ist vor jeder neuen Aufgabe sich mental ganz darauf einzustimmen.

Diese „2 Minuten Übung“ ist extrem nützlich, was alle bestätigen, die sie wirklich anwenden. Allein das solche Übungen angewendet werden, ist natürlich auch schon eine Konzentrationsübung.

Sie geht in Kurzform wie folgt:

1. Schritt „Reinigung der Gedanken“

Nehmen Sie sich eine Minute Zeit, um alle Gedanken kommen und vorbeiziehen zu lassen, diese zu registrieren, mit „Namen“ zu versehen und dann wie Bücher in ein Regal zu stellen. Sagen Sie Ihren Gedanken, Sie werden sich später mit ihnen beschäftigen. Nehmen Sie wahr, was alles aufsteigt in Ihrem Kopf.

2. Schritt „Geistkonzentration“:

Konzentrieren Sie sich dann eine Minute zuerst auf das Ein- und Ausatmen, anschließend auf die neue Aufgabe, die Sie jetzt gleich angehen werden, auf das Team mit dem Sie arbeiten werden oder was Sie auch möchten.

Der Sinn des Ganzen ist es wirklich erst einmal abzuschließen mit allem, was gerade zu Hause und auf Arbeit passiert ist und mental frei zu sein für die nächste Aufgabe.

Wissen Sie, das bereits in den 20iger und 30iger Jahren des letzten Jahrhunderts ein Mann namens Napoleon Hill herausgefunden hat, dass fast alle Menschen, die extrem überdurchschnittlich viel erreicht haben, „schöpferischen Pausen“ in ihren Alltag integriert hatten.

In den letzten Jahren haben Forschungen, unter anderem am MIT, auch für unsere heutige Zeit die gleichen Ergebnisse gebracht. Es wurden unzählige Menschen befragt, die überdurchschnittliches auf Ihrem Gebiet erreicht haben. Irgendeine regelmäßige Form von Konzentrationsübung war immer dabei.

Die angewendeten Methoden reichen dabei immer von „Anschalten des Kopfkinos“, geistiger Visualisierung von gewünschten Ergebnissen, Mentalübungen, über die vorgestellte 2 Minuten-Übung, langes Schweigen bis hin zu Meditation.

Wie gesagt, jeder muß für sich und seine Lebensumstände bzw. für seine Glaubenssätze die passende Methode finden.

Im Anschluß wieder ein paar Fragen für Sie:

Welche Konzentrationsübungen machen Sie bereits?

Welche Möglichkeiten des Übens kennen Sie?

Wie können Sie diese öfter in Ihren Alltag integrieren?

Wen können Sie Fragen, wo können Sie nachschauen, um weitere Möglichkeiten zur Verbesserung Ihrer Konzentrationsfähigkeiten kennenzulernen?

Gibt es einen Coach, Freund, Partner mit dessen Hilfe Sie durchhalten lernen in der Regelmäßigkeit des Übens?

Ich möchte noch einmal betonen. Dies ist mit die wichtigste zu vervollkommnende Fähigkeit überhaupt. Wie bei allen Fähigkeiten führt auch hier nur regelmäßiges Üben zum gewünschten Ergebnis.

Halten Sie durch, machen Sie sich immer wieder Mut, fangen Sie wenn nötig immer wieder neu an mit Üben. Wir versprechen Ihnen, es lohnt sich.

Bis bald  
Falk Ruckruh

© Human Culture Akademie, Regensburg

=====

3. Neues von der Human Culture Akademie

### **1. Neues Buch mit Roland Betz und 2. ein besonderes Training**

soeben erschien bei Schimmel-Media wieder ein neues E-Buch von führenden Experten zum Thema:

## **„Erfolgreiches Interessenten- und Leadmanagement So optimieren Sie Ihren Prozess zur Neukundengewinnung“**

Unter anderem mit Roland Betz von der Human Culture Akademie.

Zum Inhalt:

systematische Neukundengewinnung im B2B und B2C

Angebotsmanagement

Leadmanagement in verteilten Vertriebsorganisationen wie Versicherungen und  
Automobilbranche

Markt- und Anbieterüberblick

Autoren Martina Schimmel-Schloo (Hrsg.), Roland Betz, Jochen Hahn, Harald Henn,  
Peter Schreiber, Michael Wentzke, Prof. Peter Winkelmann, „Erfolgreiches  
Interessenten- und Leadmanagement“, 42 Seiten, DIN A 4, ISBN 3-9809997-4-2,  
2005, 22,90 Euro (incl. 16 Prozent MwSt.) Schimmel Media Verlag.

Zu bestellen bei: [http://www.crm-expert-site.de/headnavi/eshop/main\\_eshop.cfm](http://www.crm-expert-site.de/headnavi/eshop/main_eshop.cfm)

Nutzen Sie unsere Expertise in Beratung, Training und Coaching für  
Vertriebsstrategien, Verkauf, Kommunikation und Telefonmarketing!

### **ein besonderes Training:**

Durch tolles Seminar: 6000 € in die Mitarbeiter investiert, 100.000 Euro eingespart  
In Zeiten schwindender Margen aktueller denn je, unser neues Trainingsthema:

### **„Kostenbewusstes Denken und Handeln“**

Als Lieferant, Hersteller oder Dienstleister geraten Sie zunehmend unter Druck:  
Härtere Preisverhandlungen, größere Zugeständnisse. Letztendlich kann dieser  
Preiskampf jedoch nur ein kurzfristiges Spiel darstellen, bei dem gleichzeitig neue  
Kosten entstehen – durch mangelnde Qualität, geringere Motivation und damit  
höhere Fehlzeiten oder Nacharbeit.

Ein Betrieb ist nur überlebensfähig, wenn er nachhaltig Gewinn erwirtschaftet. Aus  
betriebswirtschaftlicher Perspektive ist die Gewinnformel recht einfach: Umsatz  
minus Kosten, abzüglich Steuern gibt den Gewinn. Menschlich gesehen ist ein  
Betriebsergebnis jedoch die Summe aller Verhaltensweisen aller Mitarbeiter eines  
Unternehmens. Egal was ein Mitarbeiter tut – es wirkt sich immer auf das  
Betriebsergebnis aus, positiv oder negativ. Hier setzen wir mit unserem Training  
**„Kostenbewusstes Denken und Handeln“** an.

In jedem Betrieb fallen immer wieder unnötige Kosten an, die vermeidbar wären.  
Diese Kostenfallen bleiben jedoch oftmals unerkannt, weil Verfahren nicht richtig  
oder rechtzeitig hinterfragt werden, sich Gewohnheiten einschleichen, Motivation und  
Initiative fehlen. Schrittmacher sind im Regelfall die Vorgesetzten auf der fachlichen  
Ebene – also Vorarbeiter, Schichtführer, Gruppenleiter oder Meister.

An diese Zielgruppe richtet sich unser Training **„Kostenbewusstes Denken und  
Handeln“**. Die Teilnehmer entwickeln in zwei Tagen ein besseres Bewusstsein für  
versteckte Kosten, betrachten die Betriebsabläufe gezielter und starten gemeinsam  
mit ihren Mitarbeitern einen Veränderungsprozess.

In zwei darauf folgenden Workshops besprechen wir die Möglichkeiten der Kostensenkung an konkreten Situationen und erarbeiten Maßnahmen zur Umsetzung.

Die Erfolge sprechen für sich: In einem etwa 1000 Mitarbeiter starken Unternehmen hat ein Vorarbeiter durch genaues Recherchieren eine jährliche Kostenminimierung von 100.000 Euro erreicht. Insgesamt wurden in diesem Betrieb zwei Trainingsreihen á vier Tage durchgeführt. Die eingesparten Kosten beliefen sich auf etwa 250.000 Euro, während die Investition bei rund 15.000 Euro lag.

Fordern Sie detaillierte Unterlagen an:  
mailto:f.ruckruh@hc-akademie.com?subject=kostenbewusstesDenkenundHandeln

Gerne stehen wir Ihnen für ein unverbindliches und kostenfreies Erstgespräch zur Verfügung, um die Ansätze dieses Konzepts und konkrete Einsatzmöglichkeiten in Ihrem Haus mit Ihnen zu besprechen.

PS: Da wir gerade bei Neuigkeiten sind:  
Kennen Sie schon die besonderen Coachings für Führungskräfte und Unternehmer der Human Culture Akademie? Interessieren Sie sich für Coaching?  
Infos anfordern: mailto:f.ruckruh@hc-akademie.com?subject=CoachingHCA

=====

#### 4. Humor - Terrorwarnung

In unserem Unternehmen konnten bereits einige Terroristen identifiziert und gefasst werden. Es handelt sich dabei um die harmlosen Mitläufer Bin Da, Bin Spät, Bin Müde, Bin Kaffeetrinken, Bin Rauchen und Bin Essen. Die Mitarbeiter Bin Pinkeln und Bin Imlager konnten ebenfalls ermittelt werden. Sie werden als harmlos eingestuft und sind unter Quarantäne gestellt worden.

Auch die äußerst gefährlichen Terroristin Bin Schwanger konnte dingfest gemacht werden.

Nur der Top - Terrorist Bin Arbeiten konnte bis jetzt trotz intensiver Suche in unserer Firma nicht gefunden werden.

**ACHTUNG:** Bin Arbeiten verbreitet äußerst gefahrbringendes Gedankengut!

Er versucht sogar die Terroristengruppe Bin Faul zu unterwandern und zur Umkehr von ihrem Fundamentalglauben zu bewegen. Gehen Sie ihm aus dem Weg und meiden Sie jeden Kontakt. Nach Rücksprache mit unserem Vorstand besteht aber kein Grund zur Panik. Es ist äußerst unwahrscheinlich, dass sich Bin Arbeiten ausgerechnet in unserer Abteilung aufhält. Es gibt in unserem Verein absolut niemanden, auf den diese Beschreibung auch nur im Entferntesten zutrifft.

Ebenfalls konnte der als Bin im Meeting bekannte Topterrorist bis heute nicht ausgemacht werden. Es wird vermutet, dass er sich auch als Bin Wichtig, Bin Boss oder Bin Chef ausgibt. Bin beim Kunden gilt auch als nicht fassbar. Niemand hat ihn bis jetzt gesehen.

**ALSO VORSICHT!**

In unserer Abteilung wird auch intensiv nach Bin Nicht Zuständig gefahndet. Es wurde schon mehrere Verdächtige vernommen, aber niemand wurde bisher verhaftet. Zum Schluss aber noch eine große Erfolgsmeldung des BKA:

Das BKA konnte ca. 4,3 Mio. Sympathisanten des Oberterroristen Bin Arbeitslos (er benutzt auch den Decknamen Walter Riester) ermitteln.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Sicherheitsbeauftragter

Bin Wachsam

=====

Copyright © 2005 – Human Culture Akademie

Wir stehen Ihnen gerne auch für Trainings, Coaching und Beratung in den Bereichen Vertrieb, Team- und Persönlichkeitsentwicklung, Leadership, Nachfolgeregelung, Kommunikation sowie zukunftsorientierter Erfolgs- und Lebensplanung zu Ihrer Seite.

Ein einzigartiges Angebot:

Buchen Sie Ihr persönliches Coaching am Lago di Garda in einer echten Wohlfühlatmosphäre

mit Roland Betz. Seine Vita finden Sie unter [http://www.hc-akademie.com/html/roland\\_betz.html](http://www.hc-akademie.com/html/roland_betz.html)

Zielgruppe: Manager, Unternehmer, Unternehmerfamilien

Coaching-Themen:

- Persönliche Probleme als Unternehmer / Manager schnell lösen
- Konfliktäre Situationen in Unternehmerfamilien ohne Nachwehen beenden
- Nachfolgeregelung im Unternehmen: zielsicher und zukunftsorientiert
- Zukunftsfähigkeit der Firma: analysieren und Lösungen erarbeiten
- Finanzielle Freiheit schneller erreichen
- Das Leben nach dem Unternehmerdasein: Erfolgstipps und Lebenshilfen

Dauer: mindestens 3 Tage inklusive Ausgleichsprogramm (Wandern, Segeln, Golfen, Radfahren usw.) Danach je nach Bedarf.

Rufen Sie Herrn Betz persönlich an. Telefon: 0039/0365/540672 oder 0039-338-1930099

Homepage: <http://www.hc-akademie.com>

Kontakt: <mailto:f.ruckruh@hc-akademie.com>

Tel.: +49 (0) 941-6 98 98 630 oder 0172-8330394

Fax: +49 (0) 941-6 98 98 639

Sie können "Human Excellence Tipp" kopieren und weitergeben, solange dieses Copyright und die kompletten Informationen über die Quelle angefügt sind.

Human Culture Akademie GmbH

Bruderwöhrdstr. 15b

93055 Regensburg

<http://www.hc-akademie.com>

Bitte geben Sie den "Human Excellence Tipp" an Ihre Kollegen und Bekannten weiter, die davon ebenfalls profitieren können.

Jeder kann den "Human Excellence Tipp" bestellen, wenn er eine Email an folgende Adresse sendet:

<mailto:info@hc-akademie.com?subject=ZusendungHumanExcellenceTipp>