

Ausführungen zum Thema

Über die Geduld
und
Hindernisse...

sowie

„Fundstücke rund um
Arbeit, Karriere, Potentialentfaltung
und
Life-in-Balance“

erstellt von

**Heidi Wellmann
TopCareer Personalmanagement
Lilienstraße 62a
68535 Edingen-Neckarhausen**

| Inhalt | Seite |
|--|-------|
| Hindernisse nutzen... | 3 |
| Über die Geduld | 4 |
| Zitatensammlung rund um das Thema Geduld | 5 |
| Ein Denkanstoss | 5 |
| Good News | 6 |
| Interessante Infos und Nachrichten | 6 |
| Lachtipp – Heute schon gelacht | 8 |
| Buchtipp: Der längere Atem | 8 |
| Inspiration – mal anders | 8 |

Ein herzliches Hallo liebe Leserinnen und Leser!

Heute geht es vorwiegend um zwei Themen: **Geduld und Hindernisse**... Beide Begriffe sind häufig keine Sympathieträger. Aber genau dies möchte ich in diesem Newsletter widerlegen und die Vorzüge und sogar die Notwendigkeit von Geduld und Hindernisse darlegen.

Ferner habe ich auch heute wieder **Interessantes rund um: Arbeit, Beruf, Karriere, Entwicklung, Potentialentfaltung und Life-in-Balance** zusammengestellt....

Nehmen Sie sich ein paar Minuten Zeit, tauchen in den Newsletter ein und lassen Sie sich inspirieren....

Herzliche Grüße
Heidi Wellmann

Hindernisse nutzen...

Wie Sie wissen, begleite ich Menschen in Veränderungsprozessen. Dabei ist mein Schwerpunktthema: Ausleben des eigenen Potentials und des bevorzugten Seinszustandes oder anders ausgedrückt: glücklich im Job zu sein ;-), ohne dabei den ganzheitlichen Aspekt außer Acht zu lassen.

Auf dem Weg dahin, kann es manchmal ganz schön anstrengend, frustrierend, nervig und herausfordernd sein und es tun sich eine Menge Hindernisse auf. Dabei sind genau diese Hindernisse besonders wertvoll, weil sie einen zwingen genauer hinzuschauen und den eigenen Weg formen, vorausgesetzt wir sind bereit, diesen Weg auch zu gehen.

Ich durfte, bei meinen Klienten, schon so viele schöne Beispiele miterleben, zu was Menschen fähig sind, wenn Sie sich auf den Weg der Hindernisse begeben... Anstrengend, aber lohnenswert!

Zu diesem Thema habe ich folgende Inspiration gefunden:

- ✚ Nachdem Fred Astaire seine ersten Probeaufnahme gehabt hatte, hieß es in der Notiz des Aufnahmeleiters von MGM aus dem Jahre 1933: "Kann nicht spielen. Etwas kahlköpfig! Kann ein bisschen tanzen! Astaire bewahrte diese Notiz über seinem Kamin in seinem Haus Beverly Hills auf.
- ✚ Sokrates wurde als ein unmoralischer Verführer der Jugend bezeichnet.
- ✚ Beethoven handhabte die Violine ungeschickt und so spielte er nur seine eigenen Kompositionen, anstatt seine Technik zu verbessern. Sein Lehrer nannte ihn hoffnungslos als Komponist.
- ✚ Thomas Edisons Lehrer sagten, er wäre zu dumm, um irgendetwas zu lernen.
- ✚ Albert Einstein sprach nicht, bevor er vier war, und konnte nicht lesen bis er sieben war. Seine Lehrer beschrieben ihn als geistig langsam, ungesellig und immer in seine törichten Träume abschweifend. Er wurde von der Schule verwiesen und ihm wurde der Zugang zur Technischen Hochschule Zürich verweigert.
- ✚ Louis Pasteur war nur ein mittelmäßiger Student und rangierte in Chemie an 15. Stelle von 22.
- ✚ Isaac Newton war sehr schlecht in der Grundschule.
- ✚ Henry Ford scheiterte und ging fünf Mal Pleite, bevor er schließlich erfolgreich wurde.
- ✚ Winston Churchill blieb in der 6. Klasse sitzen. Er wurde nicht Premierminister in England, bevor er 62 war, und dann erst nach einem Leben voller Niederlagen und Rückschläge. Seine größten Beiträge leistete er, als er "Altbürger" war.
- ✚ 18 Verleger lehnten Richard Bachs Zehntausend-Wörter-Geschichte über eine hochfliegende Möwe, die Möwe Jonathan ab, bevor McMillan sie schließlich im Jahre 1970 veröffentlichte. Bis 1975 wurde sie mehr als sieben Millionen Mal allein in den USA verkauft.

aus "Hühnersuppe für die Seele", Jack Canfield, Mark Victor Hansen

Über die Geduld....

Wer hat nicht schon mal gehört: na da muss man eben etwas Geduld haben... Klar, aber in manchen Situationen ist es nun wirklich besonders anstrengend geduldig zu sein... Mal ganz davon abgesehen, dass man sich die Frage stellt, für was muss ich eigentlich geduldig sein? Gute Frage! Dabei wird Geduld meist falsch verstanden und eher negativ betrachtet, meist auch mit Passivität und mangelndem Engagement gleichgesetzt. Geduld kann jedoch auch aus einem ganz anderen Blickwinkel betrachtet werden.

Wenn man die Geduld in eine Gleichung einsetzt, welche wie folgt lautet: **Geduld ist gleich Ausdauer plus Entschlossenheit plus Vertrauen** (Vertrauen auf das, was da kommt), sieht die Geduld gleich viel positiver und motivierender aus, welche nun gar nichts mehr mit Negativität, mangelndem Engagement und Passivität zu tun hat. Daher mein Rat: machen Sie doch die Geduld zu Ihrem Freund und setzen Sie, die Geduld zu Ihren Gunsten ein.

Noch eine Anmerkung: Geduld macht nur Sinn, wenn diese, sich **im Einklang mit Ihren wirklichen Wünschen** befindet. Hinterfragen Sie Ihre wirklichen Bedürfnisse und Wünsche und dann entscheiden Sie sich bewusst für oder gegen geduldiges Handeln!

Gerade im Orientierungs- und Bewerbungsprozess kann einem die Geduld schon mal abhanden kommen... Dabei ist gerade in dieser Lebenssituation eine Menge Geduld gefragt, also auch ein gutes Übungsfeld ;-), um sich zu hinterfragen... z. B. verfolge ich meine wirklichen Wünsche oder mache ich dies nur, weil es von mir erwartet wird oder weil ich glaube es gibt keine Alternative oder weil es eben schon immer so war....

Lassen Sie sich zum Thema Geduld, von nachfolgendem Gedicht inspirieren.

Über die Geduld

Man muss den Dingen die eigene, stille ungestörte Entwicklung lassen,
die tief von innen kommt und durch nichts gedrängt oder beschleunigt werden kann,
alles ist austragen – und dann gebären...

Reifen wie der Baum, der seine Säfte nicht drängt
und getrost in den Stürmen des Frühlings steht, ohne Angst,
dass dahinter kein Sommer kommen könnte.

Er kommt doch!

Aber er kommt nur zu den Geduldigen, die da sind, als ob die Ewigkeit
vor ihnen läge, so sorglos, still und weit...

Man muss Geduld haben

Mit dem Ungelösten im Herzen, und versuchen, die Fragen selber lieb zu haben,
wie verschlossene Stuben, und wie Bücher, die in einer sehr fremden Sprache geschrieben
sind.

Es handelt sich darum, alles zu leben.
Wenn man die Fragen lebt, lebt man vielleicht allmählich,
ohne es zu merken, eines fremden Tages in die Antworten hinein.

-Rainer Maria Rilke-

Und weil dies ein so wichtiges Thema ist, hier noch eine kleine Zitatensammlung rund um das Thema Geduld:

- ✚ Ahme den Gang der Natur nach. Ihr Geheimnis ist die Geduld. Ralph Waldo Emerson
- ✚ Sag Ja, wenn dir das Glück nicht lacht, wenn etwas dir Probleme macht. Sag Ja zu jedem Augenblick, dann geht es besser dir ein Stück. Denn wenn du dich dagegenstellst, du tiefer in den Abgrund fällst. So wart geduldig auf die Wende, denn jedes Leid hat mal ein Ende. Cornelia Hödtke
- ✚ Ich glaube, dass die Ungeduld, mit der man seinem Ziele zueilt, die Klippe ist, an der gerade oft die besten Menschen scheitern. Friedrich Hölderlin
- ✚ Geduld ist das Ausdauertraining für die Hoffnung. Verfasser mir unbekannt
- ✚ Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht. aus Afrika
- ✚ Bäume sind Meister der Geduld: Sie bieten Schatten und liefern uns Obst, und Vögel nisten in ihren Zweigen. Und lehren sie uns nicht jedes Jahr, aufs neue mit frischem Mut wieder anzufangen? Dom Helder Camara
- ✚ Als ich meinen Schmerz auf dem Acker der Geduld pflanzte, brachte er die Frucht des Glücks hervor. Khalil Gibran
- ✚ Alles kommt zu dem von selbst, der warten kann. Verfasser mir unbekannt

Und noch ein Denkanstoss:

Jeder Lebensweg ist bei ehrlicher Betrachtung von Erfolgen und Misserfolgen geprägt. Aus beidem können wir eine Menge lernen, wobei gerade die scheinbaren Misserfolge, gute Lehrmeister sind. Anhand folgender Lebensgeschichte wird nochmal sehr deutlich, zu was uns Geduld und Ausdauer befähigt.... Es geht um einen Menschen, der

- mit 31 und 34 eine geschäftliche Pleite erlebte,
- mit 32 und 38 einen Wahlkampf verlor,
- mit 35 den Tod seiner Geliebten verwinden musste,
- mit 36 einen Nervenzusammenbruch hatte,
- mit 43, 46 und 48 im Kongress unterlag,
- mit 55 im Kampf um einen Senatorenplatz unterlag,
- mit 56 sein Ziel, Vizepräsident zu werden, nicht erreichte,
- mit 58 im Kampf um einen Senatorenplatz unterlag,
- mit 60 zum Präsidenten der Vereinigten Staaten gewählt wurde.

Der Mann heißt Abraham Lincoln.

Good News - Gute Nachrichten gibt es immer

Gute Nachrichten zusammengestellt von Heidi Wellmann

Aktuelle Good News:

** USA: 305 Millionen Dollar für Umweltprojekte ** 72-Stunden-Aktion: Helfer, die der Himmel schickt ** Abfallverwertung - Mülltonne als Ölquelle ** Eine Erfolgsgeschichte aus Plüsch ** Vom Buchklub zum Medienkonzern- Georg von Holtzbrinck ** Innovation - Autos mit Elektroantrieb fahren weiter und günstig ** Generationengarten - Berliner Pflanzen unter sich** Das neue Schubladen-Denken: Wie Recyclingmöbel die Wohnzimmer erobern** Die Landwirtschaft der Zukunft - Von den Kleinen lernen ** Umweltfreundliches Mobilitätskonzept - Deutschlands erster geleaster Fahrrad-Fuhrpark ** Behinderte Manager Karriere mit Handicap **

Lesen Sie mehr...

<http://good-news.topcareer.de/>

oder

<http://www.successity.biz/mods/magazin/>

Interessante Infos und Nachrichten:

Über 100.000 Arbeitsplätze bei der Windkraft

„2004 hatte die deutsche Windbranche 55.000 Beschäftigte, 2007 waren es bereits 83.000 und Ende 2009 werden es 108.000 sein.“

Quelle: www.sonnenseite.com / Lesen Sie mehr: <http://tinyurl.com/d4fq9o>

Das neue Schubladen-Denken: Wie Recyclingmöbel die Wohnzimmer erobern

„Recyclingmöbel sind zu einem echten Wachstumsmarkt geworden. Dabei sind die Aus-alt-mach-neu-Kreationen meist gar nicht "echt" recycelt. Ihre Bestandteile werden handverlesen und dann zu einem neuen Möbel zusammengefügt. Das sieht nicht nur gut aus, sondern ist obendrein ein sinnvoller Beitrag zur Müllvermeidung.“

Quelle: www.utopia.de / Lesen Sie mehr: <http://tinyurl.com/pykzze>

Die Landwirtschaft der Zukunft - Von den Kleinen lernen

„Wollen wir die Welt von morgen ernähren, müssen wir uns von eindimensionalen Lösungen verabschieden, sagt Urs Niggli, Leiter des Forschungsinstituts für biologischen Landbau (FiBL). Ein Plädoyer für vernetzteres Denken und Handeln.“

Quelle: www.woz.ch / Lesen Sie mehr: <http://tinyurl.com/pdmtcb>

Umweltfreundliches Mobilitätskonzept - Deutschlands erster geleaster Fahrrad-Fuhrpark

„Während die Politik mit der "Abwrackprämie" versucht, den Automobil-Absatz anzukurbeln, dabei aber den Umweltschutz links liegen lässt, setzt eine Druckerei aus Hessen mit einem geleastem Fahrrad-Fuhrpark ein neues Mobilitäts- und Umweltsignal.“

Quelle: www.nachhaltigwirtschaften.net / Lesen Sie mehr: <http://tinyurl.com/q3fu33>

Suzanne von Melle: "Jeder einzelne Mensch kann viel bewirken"

„In loser Serie stellt forum "Verantwortungsträger" vor. Heute bekennt sich die Diplom-Pädagogin und Mediatorin Suzanne von Melle zur Initiative "Verantwortung tragen" und definiert für sich, was der abstrakte Begriff konkret bedeutet.“

Quelle: www.nachhaltigwirtschaften.net / Lesen Sie mehr: <http://tinyurl.com/qb4gxn>

Behinderte Manager Karriere mit Handicap

„Sie sind hoch qualifiziert und motiviert. Trotzdem mussten sie sich ihren Platz an die Spitze erkämpfen: behinderte Manager. Ihre Lebensgeschichten sind kaum erzählt worden – dafür aber enorm ermutigend.“

Quelle: www.wiwo.de / Lesen Sie mehr: <http://tinyurl.com/pwo68h>

Lachtipp – Heute schon gelacht

Vorsicht das ist ansteckend.... <http://www.youtube.com/watch?v=jedd2FiZTqM>

Buchtipp: Der längere Atem - Die fünf Prinzipien für langfristigen Erfolg im Leben Von Georg Leonard

Kurzbeschreibung von amazon

„Ausdauer ist das Erfolgsrezept schlechthin für alle Bereiche des Lebens. George Leonard zeigt, wie jeder den »längeren Atem« entwickeln kann, um nicht nur in einer einzigen Disziplin, sondern im ganzen Leben Meisterschaft zu erlangen. Seine fünf Prinzipien des Erfolgs beruhen auf den zeitlosen Einsichten östlicher Weisheitslehren und den Erfahrungen und Methoden moderner Erfolgsmenschen. - Mit einem Vorwort von Vera F. Birkenbihl.“

Mein Tipp

Es ist ein kleines, aber gehaltvolles Buch, welches sich dem Thema Ausdauer, Geduld und Erreichen von Zielen widmet. Dabei werden Zusammenhänge klar aufgezeigt und verdeutlicht. Zwei Schritte vor, ein Schritt zurück = immer ein Schritt weiter! Diese Formel, vergessen wir viel zu oft im Alltäglichen und setzen sie leider auch nicht konsequent um. Dieses Buch inspiriert zu einem längeren Atem und dem damit verbundenen Erfolg.

Inspiration – mal anders

Ende des Internets : <http://www.xcn.de/>

Viel Vergnügen beim Lesen! Ich wünsche Ihnen eine glückliche und zufriedene Zeit.

TopCareer Personalmanagement

Ihre Heidi Wellmann

© 2009 Heidi Wellmann / TopCareer

Dieser Newsletter kann für private Zwecke genutzt und auch weitergeleitet werden. Darüber freue ich mich sehr. Auch kann er honorarfrei für Newsletter, weitere Online-Publikationen, Zeitschriften u. ä. verwendet werden. Bedingung hierfür ist, dass Sie mich Heidi Wellmann, als Autorin (bei selbst verfassten Artikeln) nennen und mir ein jeweiliges Belegexemplar an h.wellmann@topcareer.de senden. Danke!