

Spirit of Energy[®] - Energievolle Kommunikation des Innehaltens im Arbeitsalltag

Das kennen wir doch alle: wir haben tolle Ferien gehabt und uns wunderbar erholt. Oder wir haben einen Super-Workshop erlebt mit vielen neuen Ideen und Inspirationen. Und dann kommen wir heim, gehen zur Arbeit oder die Arbeit wartet zuhause und – zack – der Alltag hat uns wieder. Wir haben uns zwar vorgenommen, etwas zu ändern und umzusetzen, aber der Chef, der Haushalt, der Partner, die Kinder, der Garten, der Hund, die Schwiegermutter, alle wollen etwas von uns und dann gehen unsere guten Vorsätze früher oder später unter.

Die Herausforderung ist also der Transfer in den Alltag. Ich habe mir überlegt, wie ich nun Spirit ganz konkret bei meiner persönlichen Arbeit anwenden kann. Ich arbeite im Kundenkontakt und habe jeden Tag mit vielen Menschen zu tun. Menschen, die etwas von mir wollen und Menschen, von denen ich etwas möchte. So habe ich gedacht, das ist doch das ideale Feld, um eKI anzuwenden. E-was?? eKI bedeutet im Konzept Spirit of Energy[®] „Energievolle Kommunikation des Innehaltens“. Das heißt eine Kommunikation ohne interpretieren, die mich meine Energie behalten lässt und auch meine Gesprächspartner ihre Energie auf hohem Niveau halten lässt.

Zuerst habe ich für mich wichtige Punkte aus eKI notiert und mir überlegt, was das für mich ganz konkret im täglichen Kontakt mit dem Unternehmen, den Kollegen und Kunden heißt:

- Nicht interpretieren (Nullpunkt): der Kunde steht vor mir, wie wenn es das erste Mal wäre - ich denke nicht daran, wie er sich das letzte Mal verhielt.
- Offenheit: Ich lasse mich auf Neues ein und bewerte es nicht sofort, sondern probiere es aus und bilde mir dann meine Meinung.
- Achtsamkeit: Ich konzentriere mich ganz auf den Kunden, der gerade da ist und lasse mich nicht von allem rundherum ablenken.
- Verstehen wollen: ich höre dem Kunden gut zu und versuche nicht nur sein Anliegen zu verstehen, sondern auch zu spüren, was ihm wichtig ist.
- Einfühlungsvermögen: egal wie der Kunde mir entgegenkommt, er ist wichtig, ich weiss ja nicht, was er gerade erlebt hat.
- Wertschätzung: jeder Kunde und auch jeder Arbeitskollege hat seine eigene Realität, seine Welt, die nicht richtiger oder falscher ist als meine, es ist einfach seine Sicht der Dinge. Ich verurteile niemanden für einen Fehler, sondern suche nach einer Lösung.
- Sowohl als auch (statt entweder oder): es gibt kein gut oder schlecht, wer weiss, vielleicht ist ja etwas vermeintlich Schlechtes für etwas gut, auch wenn ich noch nicht weiss für was.

Dann habe ich mir vorgenommen, aus diesen wichtigen Bestandteilen von eKI jeweils einen anderen Satz als Schwerpunkt auszuwählen:

Am Morgen bevor ich zur Arbeit gehe wähle ich das Thema aus und überlege mir, was mich dazu erwarten könnte. Dann ziehe ich dazu eine Spirit of Energy[®]-Karte aus dem Kartenset, klopfe den entsprechenden Klopfpunkt und stimme mich so auf den Tag ein. Diese Klopfpunkte wirken nach der chinesischen Energielehre direkt auf den Fluss der Lebensenergie im Körper des Menschen. Ich schaue auch das Bild an und den einen oder anderen Text der Karte und lasse mich davon inspirieren. Die kleine Karte des Kartensets nehme ich jeweils mit zur Arbeit, um mich während des Tages an das Thema zu erinnern. Wenn es mal gar nicht läuft oder ich merkte, dass eine Situation nicht optimal war, schaue ich die Karte an und klopfe ich den Punkt, halte ihn oder denke einfach daran, je nach Lage des Punktes und der Situation.

Am Abend mache ich mir dann nochmals Gedanken, wie es mir gelungen war, das Thema umzusetzen und anzuwenden. Je nachdem gehe ich am nächsten Tag nochmals mit dem gleichen Thema ins Büro oder ich nehme mir das nächste vor. Nachdem ich alle Themen einen oder mehrere Tage «mitgenommen» habe, merke ich, wo ich noch weiter dranbleiben möchte. Denn mit dem Üben wird die energievolle Kommunikation selbstverständlich, sie wird zu einer Haltung.

Nachmachen ausdrücklich erlaubt!