



# Saphir-Training

## mit Erfolgs- und Kommunikationstrainer Wolfram Andes

Persönliche Entwicklung bei der VMS für Ihren privaten und beruflichen Erfolg

### Die Macht positiver Kommunikation

Es gibt keine Kraft auf der Welt, die sich stärker auf Ihre Lebensqualität auswirkt als Ihre Fähigkeit, mit anderen Menschen zu kommunizieren. Ob Sie ein Ziel erreichen oder nicht, hängt nur zu 20 Prozent von Ihren Fähigkeiten ab und zu 80 Prozent von Ihrer inneren Einstellung und Kommunikationsfähigkeit. Dieses Training dient dazu, den Teilnehmer in die Lage zu versetzen, seinen eigenen emotionalen Zustand zu beherrschen und zu optimieren, um damit in jeder Situation professionell zu agieren. Die Fähigkeit, positiv zu kommunizieren und sich selbst etwas zuzutrauen, sichert Ihnen ein glückliches und erfolgreiches Leben. Stellen Sie sich vor, Sie strahlen auf Ihre Mitmenschen Ruhe, Klarheit und Überzeugungskraft aus. Wie selbstsicher und erfolgreich würden Sie sich dadurch fühlen und sein? Ob Sie Ihre Träume verwirklichen können oder nicht hängt direkt von Ihrer Überzeugungskraft auf andere ab. Das Saphir-Training hilft Ihnen, Ihre Kommunikation zu optimieren. Sie lernen die elf wichtigsten Gebote für positive und konstruktive Kommunikation kennen. Es ist ein

begeisterndes, intensives Zwei-Tages-Seminar, bei dem Sie mit viel Spaß und besonderen Menschen dies alles erfahren werden. Die Inhalte des Saphir-Trainings werden Ihnen helfen, in allen Lebensbereichen mehr Selbstvertrauen und Erfolg zu bekommen.

- Optimieren Sie Ihre Fähigkeiten in den Bereichen Kommunikation, Menschenführung, Persönlichkeit und Ausstrahlung. Lernen Sie
- Klarheit über Ihre persönlichen Ziele zu bekommen,
- mehr Offenheit und Selbstvertrauen,
- die richtige Balance zwischen Berufs- und Privatleben zu finden,
- klare und einfache Regeln für schwierige Kommunikationssituationen kennen,
- wie Sie noch mehr Klarheit, Überblick und innere Ruhe in Ihrem gesamten Auftreten bekommen, um optimale Gespräche zu führen,
- Ihr Wahrnehmungs- und Einfühlungsvermögen zu schärfen.

### Zehn Kommunikationstips von Wolfram Andes

1. Niemand gewinnt einen Kampf oder Streit. Streit ist unnötig! Wenn Sie es

nicht zulassen, ist kein Streit möglich, denn Sie bieten keine Angriffsfläche.

2. Trennen Sie sich von der Illusion, Sie können andere Menschen verändern oder Sie haben Macht über sie. Sie können immer nur sich selbst ändern und Ihren eigenen Zustand.

3. Unter Stress und Anspannung oder bei starker Erschöpfung handeln Sie nicht mehr so, wie Sie in einem entspannten Zustand handeln könnten. Schnell entstehen Rechtfertigung, Streit oder Rückzug. Vermeiden Sie dies!

4. Fassen Sie den Entschluss, Ihre Beziehungen jeden Tag zu verbessern.

5. Bemühen Sie sich, die positiven Eigenschaften Ihrer Mitmenschen wahrzunehmen, anzuerkennen und zu loben.

6. Geben Sie anderen das, was Sie sich wünschen.

7. Wenn Sie Ihre Ziele erreichen und gute Beziehungen aufbauen wollen, verzichten Sie manchmal auf das »Recht haben wollen«.

8. Gehen Sie gut und liebevoll mit sich selbst um.

9. Tun Sie alles nur mit gutem Gewissen.

10. Versuchen Sie Ruhe und Harmonie auf Ihr ganzes Leben auszudehnen. ■

(Wolfram Andes)

# Eine Teilnehmerin berichtet

**BETTINA KNOTD** Seit Mitte 2000 gibt es ein neues Angebot bei der VMS: Das Saphir-Training. Schon aus dem Einladungsschreiben lässt sich entnehmen, dass es sich hier nicht um eine weitere Produktschulung, einen Workshop oder eine kurzfristige Motivationsshow handelt. Das Training gibt den Teilnehmern vielmehr die Gelegenheit, selbst zu erkennen, was Ihnen wichtig ist, im beruflichen wie auch im privaten Bereich.

**D**och wie erreicht man Ziele und Erfolg mit Freude und Leichtigkeit und lernt sie zu genießen? Die Einladung klang schon sehr vielversprechend, wobei ich zugebe, dass mich bisher nicht alle Ideen von Motivations-

künstlern überzeugt haben. Manche sind mir in ihren Grunderkenntnissen einfach zu banal, manche Shows hingegen zu reißerisch aufgebaut. Da die VMS auch im Schulungsbereich ihrer Mitarbeiter hohe Qualitätsnormen setzt, habe ich

meine Bedenken beiseite geschoben, mich hoffnungsvoll angemeldet und – es hat sich gelohnt.

■ Unser Trainer ist Wolfram Andes, ein studierter Diplom-Informatiker, der während seiner ersten Berufsjahre erkannte, dass seine eigentliche Berufung auf einem völlig anderen Gebiet liegt: Seine Philosophie: Erfolg und Zufriedenheit – große Ziele mit Freude und Gelassenheit erreichen.

Für sich selbst hat er dieses Ziel konsequent verfolgt. Er hat seinen Studienberuf aufgegeben, um sich nach vielen eigenen Trainings und Schulungen, u. a. auch bei dem amerikanischen Starttrainer Anthony Robbins, als Trainer selbständig ▶

## VMS-Seminare mit Wolfram Andes

**Tiefe statt Show, Individualität statt Masse, Qualität statt allgemeiner Rezepte**

### Der Trainer:

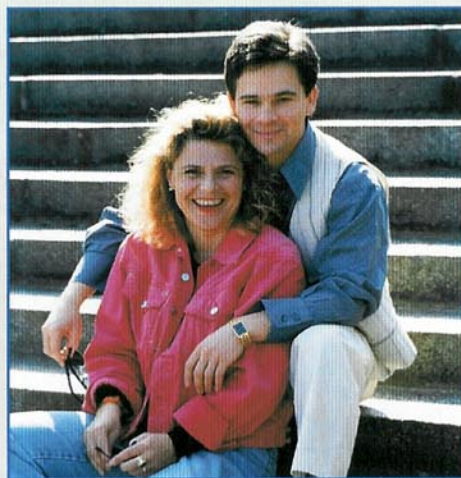
■ Wolfram Andes, Erfolgs- und Kommunikationstrainer, geboren 1965, Vater eines Sohnes, Autor, Dipl.-Wirtschaftsinformatiker (FH), NLP-Practitioner

### Was unterscheidet Wolfram Andes von anderen Trainern?

■ »Ich brauche keine glühenden Kohlen oder Glasscherben. Nicht Motivationsshows bringen den dauerhaften Erfolg, sondern ein stetiger Prozess der inneren Entwicklung«, sagt Wolfram Andes.

Tiefe und Individualität statt allgemeiner Rezepte und Methoden zeichnen ihn aus. Im Vordergrund steht die persönliche Zufrieden-

heit und Lebensqualität des einzelnen im Gegensatz zu allgemeinen »Erfolgsrezepten und Gewinnerstrategien«, wie sie oft angepriesen werden. Jeder Erfolg basiert auf guter Kommunikation von Mensch zu Mensch. Gute Kommunikation setzt einen guten eigenen Zustand voraus. Wolfram Andes lehrt Klarheit, Gelassenheit und innere Stärke. So erlangen Sie wahren Erfolg, nämlich das entspannte Erreichen großer Ziele.



*»Sagen Sie anderen nicht, wie sie leben sollen, sondern seien Sie selbst ein Vorbild.«*

WOLFRAM ANDES

### Stimmen zum Saphir-Training

■ »Das Saphir-Training bietet jedem Gelegenheit, sich über den eigentlichen Sinn und die Aufgaben des Lebens bewusst zu werden. Es ist ein »absolutes Muss« für Menschen, die sich klar werden wollen, was sie in ihrem Leben noch erreichen möchten; in privater sowie beruflicher Hinsicht. Frei werden von alten Denk- und Verhaltensgewohnheiten, jeden Tag mit Freude zu neuen Taten bereit.«

■ »Das Saphir-Training war eine einmalige Erfahrung für mich. Es war ausgezeichnet.«

■ »Ich habe schon viele Management- und Persönlichkeitsseminare besucht. Das hier ist das Beste.«

■ »Ich verstehe mich nun selbst besser, was mir hilft, andere besser zu verstehen. Ich habe mehr Klarheit in meinen Zielen und mehr Selbstvertrauen.«

zu machen. Heute bietet er Trainings für Einzelpersonen, Paare und Gruppen an. An einem Wochenende hatten wir, Mitarbeiter der VMS und unsere Lebenspartner, die Gelegenheit von seinen Methoden zu profitieren.

■ Mit einer Vorstellungsrunde beginnt unser erster Tag. Welche Erwartungen haben wir an das Seminar, welche Ängste haben wir mitgebracht, was ist heute für uns wichtig? Bei diesen ersten und auch allen weiteren Aufgaben werden wir immer wieder zur gemeinsamen Wegsuche mit anderen Seminarteilnehmern aufgefordert. Nicht Frontalunterricht, sondern Partner- und Gruppenarbeit prägen den Seminarstil.

■ Die Darstellung verschiedener Kommunikationsstile und -möglichkeiten hilft beim Verständnis des eigenen Verhaltens. Es bleibt nicht nur beim Verstehen: in Rollenspielen lässt sich der Umgang mit Negativbotschaften praktisch erproben. Zum Thema Erkennen eigener Grenzen gefällt mir eine bildliche Erklärung von Herr Andes besonders gut: Er zeichnete ein Aquarium, das durch eine Glaswand in zwei Hälften getrennt ist. In der einen Hälfte schwimmt ein Raubfisch endlose Achterlinien. Er hat sich bei dem wiederholten Versuch, in die andere Hälfte (gefüllt mit leckeren Futterfischen) zu gelangen, eine dicke Beule geholt. Daher hat er diesen

Versuch schließlich enttäuscht aufgegeben. Was passiert, wenn man jetzt die trennende Scheibe entfernt? Er würde es gar nicht mehr bemerken und weiter seine Bahnen in der einen Hälfte ziehen.

■ Mit dem Erkennen und Überwinden eigener Grenzen ist schon ein wichtiger Schritt getan. Aber in welche Richtung soll der neue Weg führen? Große Teile des Seminars beschäftigen sich mit dem Thema: Ziele finden, Ziele setzen. Hier einige Anregungen und Fragen für die eigene Zielformulierung:

1. Sei genau
2. Warum?
3. im Präsens formulieren, z. B.: ich bin sportlich!
4. positiv formulieren
5. schriftlich fixieren
6. selbst laut lesen
7. Zeitrahmen (Datum) für die Zielerreichung festlegen
8. sich das Ziel bildlich vorstellen
9. zu guter Letzt: Tu' es!

■ Wichtig ist es für Wolfram Andes, diese Ziele nicht nur in einem einzigen Bereich zu setzen und erreichen zu wollen. Er unterscheidet folgende fünf Elemente, die alle für ein erfolgreiches Leben wichtig sind: Körper, Geist, Familie, Gesellschaft und Finanzen. Für einige Erheiterung sorgt die Aufforderung unsere Ziele bildlich darzustellen – und

zwar mit der ungeübten linken Hand (Linkshänder natürlich mit rechts).

■ Was ist für die Zielerreichung nun wichtig? Der intensive Wunsch, genau dieses erwählte Ziel zu erreichen, oder die Wahl des richtigen Wegs? Sie wissen vielleicht, dass Edison 10 000 Versuche benötigte, um die erste Glühbirne zum Leuchten zu bringen. Ohne ein konkretes Ziel und den festen Willen, eine Lösung zu finden, wäre ihm dies wohl niemals gelungen. Er gab nicht auf, bis er den richtigen Weg gefunden hatte. Wer sein Ziel kennt, muss auch bereit sein, dafür zu kämpfen, und sein Ziel vor den ewigen Besserwissern verteidigen. Selbstbewusstsein und das Erkennen der eigenen Schwächen und Stärken sind Voraussetzungen für die Zielerreichung. Herr Andes hat sich zu diesen Themen viele eindrucksvolle Spiele einfallen lassen. Nicht alles soll hier verraten werden, sonst geht es den späteren Seminarteilnehmern wie den armen Lesern, denen ein hilfsbereiter Freund schon mal den Schluss des Romans erzählt hat.

■ Das Seminar hat allen Teilnehmern nicht nur viel Spaß gemacht. Jeder hat für sich Erkenntnisse aus dem Seminar in sein Leben mitgenommen, die für einige (oder alle?) zukunftsweisend sind. Aus persönlicher Sicht kann ich berichten, dass mein Partner schon einige Veränderungen bei mir feststellen konnte. »Jetzt versuche ich Dir das schon seit Jahren zu erklären, und da gehst Du auf so ein VMS-Seminar und auf einmal ...«. Manche brauchen eben intensivere Schulungen.

■ In der Schlußrunde blieb nur eine wesentliche Frage ungeklärt: »Wann sehen wir uns wieder? Wann gibt es ein Folgeseminar?« Diesen Wunsch haben wir Herrn Dippold schon mitgeteilt und ich hoffe, in der nächsten Ausgabe über die Fortsetzungsseminare berichten zu können. Das Seminarschlusswort des Trainers hat mir so gut gefallen, dass ich es Ihnen nicht vorenthalten möchte: »Rede nur, wenn Du gefragt wirst. Lebe so, dass Du gefragt wirst.« ■

