

# WEIHNACHTSGRÜSS

Ein turbulentes Jahr neigt sich dem Ende  
- und ich sage DANKE!  
DANKE - für das was war, was ist und was sein wird.

Ich freue mich auf eine bereichernde Zusammenarbeit in 2019  
und wünsche Dir/ Ihnen eine besinnliche  
Weihnachtszeit mit Ihren Liebsten  
und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Herzlichst

*Bettina Kahlau*



## Impulse Dezember 2018

### Glaub nicht alles, was du denkst.

Wenn wir auf die Welt kommen, interessieren uns zunächst ausschließlich drei Dinge: Essen, Trinken und Wärme. Dem folgt das Lernen durch Nachahmen. Sprache, Rituale, Regeln etc. lernen wir durch Belohnung und Bestrafung im Außen von Eltern, Lehrern, Geschwistern – sowie auch im Inneren durch eigene, erlebte Gefühle wie Glück oder Frustration.

Vielleicht wurden wir von unseren Eltern belohnt, wenn unser Zimmer immer ordentlich war und wir haben verstanden, dass das gut ist und dass „man“ das so macht. Vielleicht waren wir dann ganz erstaunt, dass unsere Schwester oder unser Freund es nicht so gehandhabt haben und weder von den Eltern unentwegt dazu angehalten oder gar bestraft wurden, noch in sich selbst Frustration erlebten.

Unbewusst versuchen wir unser inneres Erleben mit dem Äußeren in Einklang zu bringen. Mal gelingt, mal misslingt uns das. So lernen wir durch uns selbst und durch unser Umfeld, was uns glücklich macht und was wir besser vermeiden.

Auf diese Weise können wir weiter leben – intuitiv und unbewusst. Und denken, dass wir gern Ordnung haben und auch gern Ordnung schaffen (oder eben nicht).

Frage Nummer EINS: **Entspringt dieser Gedanke tatsächlich mir und meinem tiefsten inneren Bedürfnis?** Oder ist es noch der nachgeahmte Lerneffekt aus meiner Kindheit? Die äußere Bestrafung von damals unbedingt vermeidend, die ich als Glaubenssatz abgespeichert habe.

Frage Nummer ZWEI: **Entspricht dieser Gedanke noch (!) mir?** Mir und meinem Seins- und Wissensstand? Zum Beispiel weiß ich heute, dass durch Ordnung, Pläne und Strukturen, Effizienz möglich ist, während die Vermeidung eben dieser Faktoren zu Flexibilität und Kreativität führt. Ist das also eine Frage von richtig oder falsch, von ob oder ob nicht? Oder ist es eher eine Frage des Kontextes und der Passung?

Frage Nummer DREI: **Lohnt (!) es sich für mich, diesen alten Gedanken zu hinterfragen, eine neue Erkenntnis zu erringen und diese selbstbestimmt zu (er-)leben?**

Erst diese Erkenntnis macht Selbstbestimmung möglich. Bis dahin lebe ich automatisch – nicht von mir bewusst bestimmt.

**„Ich möchte in einer Kultur der Stille leben, in der es vor allem darum ginge, die eigene Stimme zu finden.“\***

Wenn Sie Sehnsucht nach tieferer Zufriedenheit und Glück verspüren, dann machen Sie sich auf die Reise zu sich selbst und suchen – ja finden Sie – Ihre eigene Stimme und entscheiden Sie sich für Ihr eigenes, selbstbestimmtes Leben.

Ich wünsche Ihnen für 2019 täglich ein bisschen mehr Zufriedenheit und Glück. Vielleicht ist 2019 ja auch das Jahr für Sie, in dem sich durch anderes Denken und Handeln neue Möglichkeiten für Sie erschließen. Möge Ihre Selbsterkenntnis Sie stets voranbringen!

Herzlichst  
Ihre  
Bettina Kahlau

\*Zur vertiefenden Lektüre kann ich Ihnen Peter Bieri, „Wie wollen wir leben“, dtv Verlag, empfehlen.

#### Termine:

#### Wieder auf der NUBIT- am 25. Januar 2019 in Kiel Neu-Neu

Der Titel meines Vortrages lautet dieses Jahr

Nein gesagt, hat er schon- und jetzt?

Change erfolgreich gestalten.

Link zur NUBIT: <https://www.netuse.de/nubit/>

#### NEU- NEU - NEU -

#### AUSBILDUNG zum 9 Levels Berater am 20.-22. März 2019 in Hamburg

In der drei tägigen Ausbildung wird das soziokulturelle Evolutionsmodell von Clare W. Graves – auch Spiral Dynamics genannt - und das Tool 9 Levels erläutert, verprobt und praxisorientiert trainiert. Hierdurch wird Kulturwandel über Werte fassbar und messbar gemacht. Entsprechend sind neue Ansätze im Coaching, Recruiting, Vertrieb, Change-Management und in der Führung sowie in der Teamentwicklung bis hin zur Organisationsentwicklung möglich.

Die Ausbildung richtet sich an Unternehmenslenker, HR-Verantwortliche und Führungskräfte sowie Berater, Experten, Coaches und Trainer.

Hier ein erster Überblick: <http://www.bettinakahlau.com/video-das-wertemodell-nach-clare-w-graves/>

Bei Interesse bitte kurze eMail an: [info@bettinakahlau.com](mailto:info@bettinakahlau.com)

#### MEIN Buchtipp FÜR SIE:

"Wie wollen wir leben" von Peter Bieri, (dtv Verlag)  
"Ein ganzes Leben" von Robert Seethaler, (Goldmann Verlag)

**Impulse tanken:** Haben Sie Lust auf mehr? Sie sind herzlichen eingeladen hier [www.bettinakahlau.com/impulse](http://www.bettinakahlau.com/impulse) oder hier [www.bettinakahlau.com/news](http://www.bettinakahlau.com/news) zu stöbern.



### Nachwort – Impulse 2018 – Wieso?

Gute Gedanken prägen diese Impulse, Inspirationen und Weisheiten, die ich für Sie geschrieben habe. Sie wollen nicht belehren, sondern anstiften zum Querdenken, Andersdenken, Einfühlen, Weiterdenken und Weitermachen. Wenn Sie die Impulse interessant für andere finden, dann leiten Sie sie gerne weiter.

Teilen Sie gern Ihre Gedanken und folgen Sie mir auf [Facebook](#), [Instagram](#), [Youtube](#) und [Google+](#) oder schreiben Sie mir eine E-Mail an: [impulse@bettinakahlau.com](mailto:impulse@bettinakahlau.com). Ich freue mich immer wieder sehr über Ihr Feedback und Ihre Anregungen!

#### Impressum:

[BK] BETTINA KAHLAU - EXECUTIVE CONSULTING

Bettina Kahlau

An der Alster 62 20099 Hamburg

Deutschland

Telefon: +49 151 67 52 56 90 · E-Mail: [impulse@bettinakahlau.com](mailto:impulse@bettinakahlau.com)

[www.bettinakahlau.com](http://www.bettinakahlau.com)

USt-IdNr. DE 292 841 442