

Norbert Schaper

*DER OCHSEN
PARCOURS*

...als Ergebnis einer erfolgreichen
Ochsentour

Inhaltsangabe

Vorwort

Was ist Glück

Manchmal muss man über Leichen gehen

Vertrauen ist nur ein Wort

Wie alles begann

Verkäufer werden ist nicht schwer, Verkäufer sein dagegen sehr

Jetzt beginnt ein neues Leben

Der Trainer

Der Unternehmer

Die persönliche Wirkung

In Chancen denken

Übersicht gibt Sicherheit

Das korrekte Erscheinungsbild

Der Auftritt

Die Gesprächsführung

Kreis-Lauf-Leben

Vorwort

Dieses Buch soll Sie unterhalten, nachdenklich machen, sensibilisieren, zum Schmunzeln bringen, helfen, die Welt mit anderen Augen zu sehen und Ihnen Sicherheit geben.

Sie sollten dieses Buch nicht lesen, wenn Sie ein typischer Besserwisser sind.

Sie sollten es auch nicht lesen, wenn Sie lieber Erreichtes erhalten und verwalten.

Auch nicht, wenn Sie keine Entscheidungen treffen.

Das Buch ist auch nicht für Menschen, die sich laufend über die Welt beklagen.

Wenn Sie aber gern bereit sind „Ja - zur Veränderung“ zu sagen, den Mut haben, sich auch mal zu blamieren und ein „Kämpfer“ sind, dann werden Sie von diesem Buch enorm profitieren.

Und wenn Sie von diesem Buch profitieren wollen, dann nehmen Sie sich Zeit zum Lesen.

Reflektieren Sie nach wichtigen Passagen, wie es Ihnen in ähnlichen Situationen ergangen ist oder wie Sie gehandelt hätten.

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg.

Was ist Glück?

Glück ist die Folge einer Tätigkeit (Aristoteles)

Gute Gefühle sind kein Schicksal, man muss sich darum bemühen

Positive Gefühle können negative auslöschen und umgekehrt (Im Auto gefangen im Stau = negativ)
(Wärme, schöne Musik, Vorfreude auf ... = positiv)

Ein Wutanfall befreit nicht von der Wut und Tränen nicht von der Trauer

Das Gehirn kann sich umprogrammieren = die Verdrahtung im Kopf ändert sich (Im Netz der Neuronen werden neue Maschen geknüpft)

Unglück kann man kontrollieren, Glück lernen - alles ist Übung

Phantasiebilder können das Gehirn fast im selben Maße formen wie echte Erfahrungen

Jede Neurone ist ein winziger Computer (davon haben wir 10 Mrd.)

Sie empfängt und verarbeitet Signale von anderen Neuronen

Diese „Daten“ kann sie an bis zu 1000 weitere Zellen leiten

Alles was wir wahrnehmen, fühlen oder denken, verändert unser Gehirn (ob wir es wollen oder nicht)

Glück ist ein Jungbrunnen für das Gehirn, weil mehr Serotonin und Dopamin ausgeschüttet werden

Die Vorfreude bzw. die Erwartungshaltung löst mehr Endorphin aus als die Belohnung selbst und verführt z.B. zu mehr Lernbereitschaft

Genüsse leben vom Gegensatz - wichtig ist der vorherige Zustand

Warum freue ich mich?

Manchmal muss man über Leichen gehen...

Eines Tages kommt Ihr oberster Chef zu Ihnen.

Er sagt Ihnen, dass er sie schon länger beobachte und dass ihm Ihr Einsatz für die Firma gut gefalle.

Deshalb möchte er Sie gern mit neuer Verantwortung ausstatten und Sie zum Verkaufsleiter / Abteilungsleiter befördern. (Den alten hat er rausgeworfen)

Er setze sein ganzes Vertrauen in Sie und sei sicher, dass Sie ihn nicht enttäuschen werden.

Nun zu Ihnen.

Die Freude ist groß. Sie wussten ja schon immer, dass Sie für größere Aufgaben geboren sind. Dass alles so schnell gehen würde, damit hatten Sie nicht gerechnet.

Aber jetzt sind Sie stolz.

Ihre Familie, Freunde und Bekannte gratulieren Ihnen. Sie geben eine Party. Zum neuen eigenen Büro kommt ein neuer Firmenwagen, neue Visitenkarten ein neuer Anzug und – neue Feinde.

Ihre ehemaligen Kollegen aus dem Vertrieb, mit denen Sie auf Meetings lange Nächte an der Hotelbar verbracht haben, distanzieren sich nach und nach von Ihnen.

Ihre neuen Kollegen (Abteilungsleiter und andere Führungskräfte) behandeln Sie sehr freundlich und geben Ihnen unaufgefordert vertrauliche Hinweise zur Bewältigung Ihrer neuen Aufgabe.