

CHARISMA

Eva Wlodarek

JEDER MENSCH HAT

CHARISMA

Lassen Sie
Ihre Persönlichkeit
leuchten

Kösel

Der Verlag weist ausdrücklich darauf hin, dass im Text enthaltene externe Links vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung eingesehen werden konnten. Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss. Eine Haftung des Verlags ist daher ausgeschlossen.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

Copyright © 2016 Kösel-Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH,
Neumarkter Str. 28, 81673 München
Umschlag: Weiss Werkstatt, München
Umschlagmotiv: shutterstock/Anastasia Nio
Satz: Vornehm Mediengestaltung GmbH, München
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck
Printed in Germany
ISBN 978-3-466-34626-4
www.koesel.de

☞ Dieses Buch ist auch als E-Book erhältlich.

Inhalt

Wie die Persönlichkeit durch Charisma leuchtet	9
Was bedeutet Persönlichkeit?	10
Was bedeutet Charisma?	11
Sich entfalten statt sich optimieren	17
Grenzen der Veränderung	20
Routenplaner zum Charisma	23
Warum wir nicht so leuchten, wie wir könnten	25
Tausch: Soziales Verhalten gegen Liebe	26
Die Vergangenheit bleibt aktuell	29
Negative Muster auflösen	34
Warum sympathische Kommunikation wichtig ist	51
Sympathien gewinnen mit Körpersprache	54
Sympathien gewinnen mit Kleidung	64
Sympathien gewinnen mit der richtigen Wortwahl	75
Die drei Kernkompetenzen von Charisma	90
Autorität	91
Wärme	104
Interesse	114

Die Kür des charismatischen Verhaltens	124
Wertschätzung zeigen	125
Anregend sein	132
Offen sein	137
Freundlich sein	145
Großzügig sein	151
Erotische Ausstrahlung durch Charisma	160
Das erotische Kapital der Frauen	160
Das erotische Kapital der Männer	162
Test: Wo liegt mein erotisches Kapital?	163
Wie man mit Charisma Krisen bewältigt	171
Charisma entsteht durch Herausforderung	172
Charisma hilft in schwierigen Zeiten	174
Mit Charisma leben	184
Charisma genießen	184
Charisma zieht Ablehnung an	185
Mut zum Charisma	187
Dank	189
Bibliographie	190

Für Felix und Mali

Wie die Persönlichkeit durch Charisma leuchtet

Vermutlich habe ich Sie mit dem spektakulären Begriff »Charisma« verlockt, zu diesem Buch zu greifen. Darum geht es natürlich auch in aller Ausführlichkeit, aber mein wahres Herzensanliegen habe ich im Untertitel versteckt, nämlich wie Sie Ihre Persönlichkeit leuchten lassen.

Ich bin schon so vielen großartigen Menschen begegnet, die ihr Licht unter den Scheffel stellen. Sie glauben von sich, sie seien uninteressant, hätten keine besonderen Fähigkeiten, wären nicht ausreichend attraktiv, gebildet oder liebenswert. Sie hadern mit ihren Schwächen und wünschen sich oft, ganz anders zu sein. Selbst wenn sie wissen, was sie wert sind, passen sie sich ihrer Umgebung zu sehr an, damit sie beliebt sind und sich nicht isoliert fühlen. Gewiss ist es im wahrsten Sinne des Wortes einleuchtend, dass auf diese Weise ein großer Teil dessen, was ihre Person anziehend machen könnte, nicht zum Vorschein kommt. Vermutlich trifft das für die meisten von uns zu. Wer ist schon von Hause aus so umwerfend selbstbewusst und strahlend, dass andere nur noch hingerissen sind?

Einige wenige Menschen kommen offenbar schon leuchtend zur Welt. Wo sie erscheinen, stehen sie ganz selbstver-

ständig im Mittelpunkt. Alles schart sich um sie, hört ihnen gebannt zu, will ihnen gefallen. Aber das sind eher die Ausnahmen. Und es ist kein Grund, neidisch zu sein, denn es gilt zu verstehen: Wir haben immer dann eine echte Wirkung auf andere, wenn wir unsere Persönlichkeit liebevoll annehmen und so gut wie möglich entfalten, um sie zum Leuchten zu bringen. Dann müssen wir »nur« noch eine Reihe von Kommunikationsregeln kennen und anwenden, um diese leuchtende Persönlichkeit auch charismatisch wirken zu lassen.

Was bedeutet Persönlichkeit?

An der Hamburger Universität hielt ich im Rahmen der Erwachsenenbildung eine Vorlesungsreihe mit dem Titel »Ihr Trumpf im Job: Persönlichkeit«. Dazu interviewte mich eine Redakteurin vom *Hamburger Abendblatt*. Ihre erste Frage lautete: »Was ist eigentlich die Persönlichkeit eines Menschen? Wie beschreibt eine Psychologin den Begriff?« Ich stellte die Gegenfrage: »Geben Sie mir für die Antwort mindestens eine Doppelseite im Blatt?« Es existieren nämlich so viele unterschiedliche Persönlichkeitstheorien, dass man keine verbindliche wissenschaftliche Definition des Begriffs angeben kann. Schon Gründerväter der Persönlichkeitspsychologie wie Gordon W. Allport zitieren in ihren Lehrbüchern Dutzende von unterschiedlichen Definitionen. Es ist jedoch möglich, die »Persönlichkeit« ganz praktisch zu erfassen. Allgemein versteht man nämlich darunter die Individualität eines Menschen, also die Eigenschaften, mit denen er sich von anderen unterscheidet. Die Persönlichkeit setzt sich

aus genetischen Anlagen zusammen, die wiederum durch Erziehung und Erfahrung beeinflusst werden. Das Ergebnis ist bei niemandem vollkommen gleich, nicht einmal bei eineiigen Zwillingen. Und genau darum geht es: um unsere Einzigartigkeit. Sie ist die Grundlage für unsere Wirkung auf andere. Wir müssen quasi erst ein Licht in uns anzünden, ehe wir auch äußerlich strahlen können. Deshalb ist es so wichtig, dass wir uns unserer Einzigartigkeit bewusst werden und sie schätzen. Das bedeutet: Statt uns zu vergleichen und dabei möglicherweise den Kürzeren zu ziehen, sind wir stolz auf unsere eigenen Vorzüge. Statt uns selbst ständig für vermeintliche Schwächen zu kritisieren, lieben wir uns so, wie wir sind. Statt uns ängstlich anzupassen, stehen wir selbstbewusst zu unserer Individualität. Damit haben wir die Grundlage geschaffen, dass das eigene Licht charismatisch nach außen dringen kann.

Was bedeutet Charisma?

Der Begriff »Charisma« taucht regelmäßig auf. In Zeitschriften, im Radio und Fernsehen, manchmal auch in Gesprächen über jemanden, den man persönlich kennt. Wir wissen dann intuitiv, was gemeint ist: eine ganz besondere Ausstrahlung. Neu ist das Wort nicht: Charisma hat eine lange Geschichte, die im Himmel beginnt und schließlich auf der Erde endet. Aus dem Griechischen übersetzt bedeutet es »Gnadengabe«. Im Neuen Testament taucht »Charisma« im Sinne einer spontanen göttlichen Erleuchtung auf, nachzulesen in der Apostelgeschichte: An Pfingsten inspirierte der Heilige Geist die Jün-



Eva Wlodarek

Jeder Mensch hat Charisma

Lassen Sie Ihre Persönlichkeit leuchten

Paperback, Klappenbroschur, 192 Seiten, 13,5 x 21,5 cm

ISBN: 978-3-466-34626-4

Kösel

Erscheinungstermin: März 2016

Jeder Mensch besitzt Charisma, nämlich die »Gnadengabe« (griech. »Charisma«) seiner unverwechselbaren, einmaligen Persönlichkeit. Allerdings ist es oft geradezu verschüttet, etwa durch Erziehung, Anpassung oder mangelndes Selbstvertrauen. Es ist jedoch möglich, das individuelle Potenzial bewusst zu entfalten, um das eigene Licht leuchten zu lassen, Halt in sich selbst zu finden und den Herausforderungen des Lebens besser begegnen zu können. Das macht nicht nur glücklich, sondern wirkt gleichzeitig auch sehr anziehend auf andere!

Dieses Buch geht den Ursachen eines vermeintlichen Mangels an Charisma auf den Grund und bringt mit einem umfassenden Aufbauprogramm unsere Persönlichkeit so richtig zum Leuchten.