

Bibliographische Daten:

Taschenbuch, Format DIN A6, Softcover
Umfang: 60 Seiten, farbig illustriert

Autor: Stephan Ehlers
Verlag: FQL Publishing, München

Preis 7,90 €
ISBN 978-3-940965-79-0

Leseprobe: www.jonglier-fuehrung.fql.de

[>> Buch bestellen – 7,90 € <<:](#)

[>> eBook bestellen – 3,95 € <<](#)



| Inhaltsverzeichnis | Seite |
|--|-------|
| Warum Jonglieren-Lernen? Was bringt das? | 4 |
| Was bedeutet Jonglieren? | 6 |
| Jonglieren fördert Gehirn-Leistung | 8 |
| Gemeinsamkeiten von Jonglieren und Führung | 9 |
| Wiederentdeckung von Lust auf Leistung | 16 |
| Wir handeln regelmäßig gegen die innere Natur | 17 |
| Jonglieren mit Un-)Sicherheit | 20 |
| Jonglieren und Veränderung | 21 |
| Jonglieren wirkt positiv und unbewusst | 22 |
| Veränderungen positiv "be"greifen | 24 |
| Jonglieren als Chance nutzen für Change | 25 |
| Change = Chance + Jonglieren | 26 |
| Verlässliche Größen: Menschen, Individualität ... | 27 |
| Motivationsprobleme | 28 |
| Entzug von Sinnerserfahrungen im Job | 30 |
| Jonglieren und Komplexität | 32 |
| Clever scheitern: Misserfolge einplanen | 35 |
| Jonglieren und die Stufen des Erfolgs | 38 |
| Mit Jonglieren ist Hirn-Wachstum möglich | 41 |
| Jonglieren kann man nicht verstehen, man muss es tun | 43 |
| Jonglieren ist Handeln, Denken, Fühlen gleichzeitig | 45 |
| Von Wellness zu Selfness | 46 |
| Jonglieren fördert Lernen + Lernmotivation... | 47 |
| Welche Bälle sind die Richtigen? | 47 |
| Gesundheitliche Aspekte des Jonglierens | 48 |
| Wirksam für versch. Gehirn- und Körperregionen | 52 |
| Jonglieren ist einfacher, als die meisten glauben | 54 |
| Ein Wort zum Schluss | 56 |
| Interessante Web-Adressen und Links | 58 |

Kurzbeschreibung

Auch wenn die meisten Führungskräfte (noch) nicht 3 Bälle nacheinander werfen und fangen können, sind sie alle dennoch schon Jongleure! Alle jonglieren auf hohem Niveau. Täglich. Sie jonglieren mit Aufgaben, Prioritäten und Terminen. Sie alle haben einen Chef (und/oder haben Mitarbeiter) und sind dank eMail, Handy und Business-Mobilität ständig informationsüberlastet. Führungskräfte haben immer mehrere Projekte, die gleichzeitig laufen und verantwortet werden müssen. Der Einzelne ist nicht selten überfordert bzw. erlebt oder fühlt Unsicherheit. Hektik ist normal, Ruhe und Gelassenheit die Ausnahme. Diese Verbindung „Jonglieren mit Bällen“ und „Jonglieren im Führungs-Alltag“ ist das Leitmotiv für dieses Büchlein.

Beide - Führung und Jonglieren - beschäftigen sich mit Erfolg, Vertrauen, Veränderungsprozesse, Zielsetzung, Wahrnehmung und Flexibilität. Unbewusst arbeiten Führungskräfte beim Jonglieren an ihrer Haltung, ihrem Zugang oder ihrer Distanz „Neuem“ gegenüber, an ihrer Energie, Ihre persönliche Disposition und Ihre Veränderungsbereitschaft. Jonglieren schärft nicht nur die Sinne sondern (er-)fordert auch Fähigkeiten wie Konzentration, Balance, Rhythmus, Koordination, Flexibilität, Offenheit, Kreativität, dosierter Energieeinsatz, Entscheidungsfreudigkeit u.v.a.m. All das sind im Business geforderte Fähigkeiten und bekommen durch das Jonglieren eine neue Erfahrungsdimension. Toleranz, Kooperationsfähigkeit und Verständnis leiten sich daraus ab.

Ausführliche Beschreibung

Jonglieren ist eine Bewegungskunst, die auch als “Musik für das Auge” bezeichnet wird. Das heißt: man jongliert mit fast allen Sinnen. In den letzten Jahrzehnten begann man sich systematisch mit den gesundheitsfördernden und heilenden Auswirkungen des Jonglierens zu befassen. Kinesiologen bestätigen demnach, dass Jonglieren u.a. die Zusammenarbeit der beiden Gehirn-hälften belebt und aktiviert. Gehirnforscher verschiedener Universitäten haben sogar festgestellt, dass Jonglieren die Gehirnzellen erweitert. Stephan Ehlers erklärt nun in seinem Buch, dass das Jonglieren und beim Prozess des Jonglieren-Lernens persönliche Muster sichtbar und erlebbar werden. Deshalb ist das Jonglieren so gut für Führungskräfte und Erfolgsverantwortliche geeignet. Beide - Führung und Jonglieren - beschäftigen sich mit Erfolg, Vertrauen, Veränderungsprozesse, Zielsetzung, Wahrnehmung und Flexibilität. Unbewusst arbeiten Führungskräfte beim Jonglieren an ihrer Haltung, ihrem Zugang oder ihrer Distanz „Neuem“ gegenüber, an ihrer Energie, Ihre persönliche Disposition und Ihre Veränderungsbereitschaft. Jonglieren schärft nicht nur die Sinne sondern (er-)fordert auch Fähigkeiten wie Konzentration, Balance, Rhythmus, Koordination, Flexibilität, Offenheit, Kreativität, dosierter Energieeinsatz, Entscheidungsfreudigkeit u.v.a.m. All das sind im Business geforderte Fähigkeiten und bekommen durch das Jonglieren eine neue Erfahrungsdimension. Toleranz, Kooperationsfähigkeit und Verständnis leiten sich daraus ab. Jonglieren ist BilderSehen. Je konkreter Sie ein Bild/Ziel sehen, desto leichter können Sie es auch erreichen.

Jonglieren ist eine sehr einfache und persönliche Form, sich mit Situationen der Veränderung und der daraus resultierenden Unsicherheit intensiv zu beschäftigen. Wer sich intensiv selbst mit Veränderungen und Unsicherheit beschäftigt hat, entdeckt eine Menge Ressourcen, die helfen, auch im Unternehmen Veränderungen erfolgreich zu steuern. Beim Jonglieren-Lernen werden (unbewusst) folgende Fragen berührt: Was gibt mir Sicherheit? Wie viel Sicherheit brauche ich? Inwieweit kann ich loslassen, wenn die Dinge nicht nach Plan laufen? Wie gehe ich mit dem Unsicherheitsgefühl um, dass das Jonglieren-Lernen immer auslöst? - Wandel ist nur dann erfolgreich, wenn Führungskräfte sich zunächst auf sich selbst konzentrieren. Denn Organisationen sind nur wandlungsfähig, wenn es die eigne Führung ist! Deshalb ist es aus Sicht von Stephan Ehlers so eminent wichtig, dass Führungskräfte sich mit ihrer Haltung und Bereitschaft zur eigenen Wandlungsbereitschaft und -fähigkeit auseinandersetzen...genau das wird man beim Jonglieren-Lernen erleben.

Informationen zum Autor:

Stephan Ehlers jongliert seit 30 Jahren, arbeitet als Speaker, Moderator und Profijongleur und hat 1995 das Jonglier-Lernsystem REHORULI® erfunden. Dieses Jonglier-Lernsystem ermöglicht Schritt für Schritt (mit verschiedenen Wurf- und Fangübungen zunächst mit 1 und 2 Bällen) absoluten Jonglier-Anfängern in verblüffend kurzer Zeit das Werfen und Fangen mit 3 Bällen zu erlernen. Ehlers ist Autor mehrerer Jonglier-Bücher und Anleitungen in verschiedenen Formaten und Sprachen und ist mit über 45 Titeln im Buchhandel Europas größter Anbieter von Jonglier-Lernmedien. Mit seinen Vorträgen (Führung & Jonglieren, Change & Jonglieren, Jonglieren & Gehirn etc.) und Jonglier-Events (Jonglieren lernen im Team oder in Rekordzeit) hat er bereits viele namhafte Firmen um Kreativität, Know-how und Ergebnisse bereichert. So lernte u.a. auch Oliver Bäte, Vorstandsvorsitzender der Allianz SE bei Ehlers in wenigen Minuten das Jonglieren mit drei Bällen. Das Besondere dabei war, dass alle Lernphasen bis zum Erfolg auf Video aufgezeichnet wurden. Dieses Video zeigte der Allianz-Chef dann mehreren hundert Führungskräften bei einer Kick Off-Veranstaltung, um den bei der Allianz SE neuen Change-Prozess zu erklären. Jeder konnte sehen, dass beim Prozess des Jonglieren-Lernens genau das geschieht, was im Change-Prozess zu erwarten sein wird: man muss sich auf Neues einlassen und wird Rückschläge erleben. Man macht Dinge, die man noch nie gemacht hat. Das fühlt sich nicht gut an, aber man muss dran bleiben. Die Führungskraft muss selbst durch den Change-Prozess durch. Muss be"greifen", wie das geht. Am Ende gibt es aber auch dieses Glücksgefühl, wenn man es gemeistert hat.



[Top100-Entertainer](#)
bei Speakers
Excellence



Mitglied der GSA
[German Speakers Association](#)



Mitglied der [Akademie für neurowissenschaftliches Bildungsmanagement](#) (AFNB)



[Premium Experte](#) beim
Expertenprotal
brainGuide

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|
| BEST-OF-2015 Jonglier-Fix (Web) | BEST-OF-2015 WeFaLe- Lernmethode | BEST-OF-2016 Jonglier-Fix (App) | BEST-OF-2016 WeFaLe- Lernmethode | BEST-OF-2017 Jonglier-Fix (App) | BEST-OF-2017 Gehirn-Tipps (Neuro-News) |
| | | | | | |
| Kategorie: E-Health | Kategorie: Personal/Service | Kategorie: E-Health | Kategorie: Personal/Service | Kategorie: E-Health | Kategorie: Wissens- management |