

## **Power durch Persönlichkeit**

### **Fachvortrag von Regina Först im Trend Forum**

Auf der BEAUTY 2014 glänzten nicht nur Aussteller mit Produktpräsentationen, sondern auch Expertinnen und Experten mit Fachvorträgen – und Persönlichkeit. Ein Paradebeispiel für professionell präsentierte Persönlichkeit war Speakerin und Coach Regina Först, die dem Titel ihres Vortrags alle Ehre gemacht hat: Power durch Persönlichkeit.

Man muss nicht immer etwas Neues erfahren, um seinem Leben neue Impulse zu geben. Meist genügt ein Perspektivenwechsel, eine andere Blickrichtung – und das bewusste Wahrnehmen von Dingen, die täglich passieren, aber uns oft gar nicht guttun. „Wir haben 60.000 Gedanken am Tag“, so Regina Först, „die 60.000 Impulse in die Welt schicken“. Da sei es doch wichtig, mit guten Gedanken seinen Tag positiv zu steuern und sich nicht durch „Meckerlaune“ beherrschen zu lassen. „Wenn du meckern willst, so stell dich zu den Ziegen“, persiflierte die charismatische Rednerin diesen Gedankengang augenzwinkernd.

Und: Wer sich krank denken kann, kann sich auch gesund denken. Denn Schönheit habe vor allem etwas mit der positiven Einstellung und der authentischen Darstellung zu tun. Dazu gehöre selbstverständlich auch ein passendes Outfit und Auftreten – und eine gesunde Portion Egoismus. Immerhin sei, wenn jeder (auch) an sich denkt, an alle gedacht. Wer selbstbewusst ist, ist sich seiner selbst bewusst – und weiß auch, wie und wodurch er wirkt. Charisma heißt das Zauberwort. Und der Mut, Entscheidungen zu treffen. Und gute Laune trotz widriger Umstände. Wem hilft es schließlich, sich aufzuregen über etwas, was nicht zu ändern ist?

„Love it, change it or leave it“, heißt es in einem bekannten Sinnspruch. Regina Först zitiert einen weiteren: „Stehe jeden Morgen so auf, als wäre es Absicht“. Das gibt Power – und Persönlichkeit!

[www.people-foerst.de](http://www.people-foerst.de)



Foto: Regina Först/People Först

Autorin: Renja Lüer (veröffentlicht online 31.03.2014 [www.beauty.de](http://www.beauty.de), Beauty News)