

- Ortszeit
- Miteinander
- Wirtschaft
- Jugendreporter
- Typen
- Reportage**
- Hintergründe
- Tests & Tipps

2 LOKALE

Die Magie der Ausstrahlung

Von Astrid Engelbrecht

HORNPOSTEL. „Wir sind Gefangene unserer Eitelkeiten“, sagt Stilmacherin Regina Först. Sie kennt des Menschen Neigung, Mitmenschen allzu schnell in Schubladen zu stecken und sie mit schlechten Stempeln zu versehen. Freund oder Feind? Unsympathisch oder nett? Schublade auf, Klappe zu! Und das in einem atemberaubenden Tempo.

Farben – das Kleid der Persönlichkeit

„In den ersten sieben Sekunden entscheidet sich alles“, weiß die Ex-Personalchefin von New Yorker, die ihre Mitarbeiter selber nach subjektiven Entscheidungskriterien im Zuge dieses ersten „magischen Eindrucks“ eingestellt hat. „Fast alle Menschen lassen sich von Äußerlichkeiten beeindrucken“, erklärt die gebürtige Schleswig-Holsteinerin. Doch genau hier liege die große Chance eines jeden Menschen. Denn: „Wir haben alle die Möglichkeit, diesen ersten Eindruck selber zu bestimmen.“ Die Frau des guten Stils trägt eine beige-farbene Hose und ein hellblaues Hemd, eine Uhr, keinen Schmuck, dezentes Make-Up. Der erste Eindruck:

Regina Först

Die Textil-Betriebswirtin Regina Först, geboren 1959, ist Persönlichkeits- und Stilberaterin in führenden Bereichen der Wirtschaft und in der Medienbranche und für all jene, die beruflich und privat ihre Möglichkeiten optimieren wollen. Ihre Seminare basieren auf Aus- und Weiterbildungen in Psychologie, neurolinguistischer Programmierung, Farbenlehre und Körpersprache, unter anderem beim international bekannten Pantomimen Samy Molcho.

In ihrem Buch „Ausstrahlung – Wie entfalte ich mein Charisma?“ lehrt sie ein Selbstbewusstseinskonzept, dass den Menschen hilft, ihre innere Schönheit nach außen zu tragen.

Weitere Informationen unter www.regina-foerst.de

zurückhaltend und schnörkellos. Klassisch schlicht. Allein Regina Först entscheidet, wie sie in diesem Moment wirken möchte. Und Goethes Farbenlehre hilft ihr dabei: Helle Farben signalisieren Nähe



Lebenswappen: „Woher komme ich, wohin gehe ich?“

„Wahre Schönheit kommt von innen!“
Stilmacherin Regina Först macht eine alte Weisheit zur Grundlage einer Schulung der Persönlichkeit der besonderen Art. Ob als Trainerin großer Konzerne oder privater Gruppen bietet sie „Reisen“ in die magische Welt der Ausstrahlung an. Ihr Credo: „Wir selber bestimmen, wie wir wirken.“

und wirken weniger steif, dunkle Farben streuen Distanz und Autorität.

Innen- und Außenwirkung, darum geht es der viel gebuchten Wella-Referentin. Farben seien das Kleid unserer Persönlichkeit. „Haben sie Lust auf Blicke, dann tragen sie rot. Wollen Sie verletzlich wirken, dann greifen Sie nach Pasteltönen. Geht es vielleicht um eine Gehaltserhöhung, dann wählen Sie dunkel“, rät die charismatische 42-Jährige. Der NDR, Pharmakonzerne, Ärzte, Zahnärzte, Apotheker und private Gruppen gehören zu ihrer Kundschaft.

Acht Menschen haben die hoch dotierte Lebenshelferin an diesem Februar-Wochenende gebucht. Was sind das für Menschen? „Sie sind auf dem Weg, suchen ihr inneres Licht, haben vielleicht ein Schloss, aber den Schlüssel dafür noch nicht entdeckt“, erklärt die studierte Textil-Betriebswirtin. Acht Menschen, acht Werdegänge. Regina Först analysiert sie alle. Drei Tage und zwei Nächte hat sie Zeit, um den Seminarteilnehmern auf den Zahn zu fühlen, eben so lange um ihnen zu helfen, ihre persönlichen Schätze zu bergen – denn so lautet der Titel des Seminars.

Mit von der Partie das Apothekerpaar Andreas Wolfschlag und Beatrix Mannel-

Wolfschlag. Ihnen geht es um die persönliche Weiterentwicklung auch in Bezug auf das Geschäft und die Mitarbeiter. Eine frühere Farb- und Stilberatung habe bereits enorm viel gebracht. „Die Dinge beim Namen nennen, die man vielleicht in sich spürt und einfach mal mit Hilfe eines Experten an die Oberfläche bringen möchte, sich aus der Entfernung ansehen“, so lautet der Beweggrund einer jungen Juristin aus Düsseldorf, die als Personalentwicklerin starkes Interesse an Persönlichkeitsstrukturen hat.

Wie finde ich mein Charisma?

Ein Zahnarzt aus Lübeck weiß in etwa, was auf ihn zu kommt, denn erst vor Kurzem ermöglichte er seinem Praxis-Team eine Persönlichkeits-schulung nach Först. Im Sinne des unumstößlichen „Wir-Gefühls“ – der „corporate identity“ – wie es so schön heißt im Managerdeutsch. „Charakterstärken, die irgendwann verschüttet worden sind, werden wieder freigesetzt, mit Langzeitwirkung“, weiß der „Först-Fan“ und schwört auf das Konzept seiner Lehrerin. „Wir fühlen bewusst in unseren alten Schmerz hinein, um uns zu verabschieden. Das können wir in jedem Moment“ schwört Först. Sie ist davon überzeugt, dass jeder Mensch sein eigenes Drehbuch schreibt und lernte dies am eigenen Körper kennen, als sie sehr krank wurde. Damals definierte sich die berufliche Überfliegerin nur noch über ihre Karriererolle: „Dieses typische ‚wichtig-wichtig-Gehabe‘ – mir ist nichts zu viel, ich schaffe alles Mögliche locker nebenbei und man kann mich auch nachts um drei als Seelenröster in Anspruch nehmen.“ Und dann weinten ihre Organe die Tränen, die ihre Augen nicht vergießen wollten. Sie nennt diesen Prozess den Weckruf des Körpers.

Nur wer innen strahlt, strahle auch nach außen. Kinder seien mit ihrer einzigartigen Echtheit ihre großen Lehrmeister, denn bei ihnen sei das Innen- und Außenleben noch stimmig.

Intensive Körperarbeit, Meditation und Bewegung, sowie feste Regeln sind die Bausteine ihres Seminars. Sie erzählt über die Kraft der Farben, über Kleidung und Stil und lockt mit spielerischen Inszenierungen aus der Reserve. Bewunderung braucht die innere Basis. „Weg mit nutzlosen, degradierenden Programmierungen. Formulieren wir unsere Ziele positiv“, so die einfache Formel von Först.

Thema Haare: Co-Referentin Carola Nolte holt weit aus. Die Haare seien die Träger unserer Gedanken, signalisieren unser Innenleben und wirken je nach Schnitt sehr unterschiedlich. „Nicht einzwängen, mehr Freiheit gewähren“, lauten die Tipps an eine Teilnehmerin, die am eigenen Beispiel die Wirkung von Haar und Frisur erfuhr.

Ein Platz an der Sonne

Der letzte Seminartag. Es donnert und blitzt so, als entlade sich ein kleines Universum über dem WildLand, dem exponierten Seminarzentrum in Hornbostel bei Wietze. Regina Först ist gern und regelmäßig in dem grü-



„Ausstrahlung strahlt von innen nach außen.“

nen Aller-Ort. Denn auch die Einheit von Mensch, Ort und Inhalten sollte stimmig sein.

Manager, die so genannten „high potentials“ unseres Profitschungs geben sich hier die Klinke in die Hand. Sie feilen an den Gesetzmäßigkeiten einer vollendeten charismatischen Ausstrahlung, proben visionäre Auftritte und bringen gedanklich Unternehmenskonzepte auf Vordermann.

„Ein Platz für Inspiration und Kreativität, für Konzentration und Kommunikation“, so nennen WildLand-Initiatoren Verena und Harald Hasse ihr imposantes Anwesen, bestehend aus Seminarzentrum, Hotel und Restaurant.

„Starke Gedanken ziehen starke Werke an“, soweit der philosophische Hintergedanke. Er passt zum Konzept der Trainerin. „Dieser Ort birgt besonderes Potenzial“, findet Stilmacherin Först, die nun den Abschluss dieses außergewöhn-

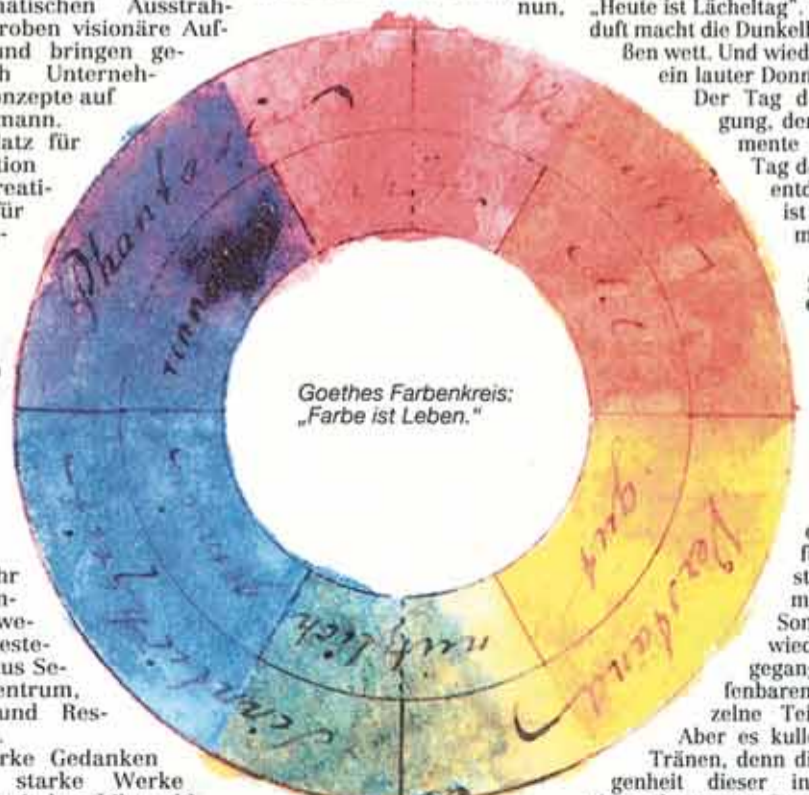
lichen Wochenendseminars, den Part der Heiterkeit einläutet.

Über die tiefsten Verzweigungen unserer Seelenverfassung bis hin zur non-verbalen Körpersprache in der knallharten Welt von Business und Profit kommt sie nun,

Heute ist Lächeltag

Wilde Musik, die nach draußen dringt, füllt das exquisite Anwesen in Hornbostel mit eigentümlichem Leben. Auf einem Plakat im Foyer des lichtdurchfluteten Raumes steht: „Heute ist Lächeltag“. Zitronenduft macht die Dunkelheit draußen wett. Und wieder dröhnt ein lauter Donnerschlag. Der Tag der Reinigung, der Komplimente und der Tag der Selbstentdeckung ist gekommen.

„Wie geht es euch, wie fühlt ihr euch?“, möchte Först nun wissen. „Ein großes Wochenendgefühl steckt in mir“, „die Sonne ist wieder aufgegangen“, offenbaren sich einzelne Teilnehmer. Aber es kullern auch Tränen, denn die Geborgenheit dieser inzwischen eingeschworenen Gemeinschaft hat nun ein Ende. Wohl möglich, dass nicht alle den Schlüssel zum Schloss gefunden haben. Nah auf den Fersen sind sie ihm allemal, dem Schlüssel zur inneren Schönheit.



Goethes Farbenkreis: „Farbe ist Leben.“

