



## **Q\_Spirit News 9.2012**

vom 21. Februar 2012

**Herzlich willkommen zur neuen Q\_SpiritNews, liebe HerzwerkerInnen.  
Und gerne auch liebe Herzwerker.**

**"Öffentlichkeit!"**

**Unser Leit-Thema für die neue Ausgabe auf [www.quantenspringerin.de](http://www.quantenspringerin.de)!**

Faschings-Dienstag ist doch ein „würdiger“ Veröffentlichungstermin für die aktuelle Ausgabe der „Quantenspringerin.“ Und Inspiration für unser Impulsthema gab es von öffentlicher Seite reichlich: nicht zuletzt durch den ehemaligen „höchsten Mann im Staate“, der auch bei den gestrigen Rosenmontagsumzügen den Takt vorgab. Wie auch immer jede bzw. jeder Einzelne seine Geschichte der letzten Monate einordnen mag: Es war ein Lehrstück zum Thema Öffentlichkeitsarbeit! Über Segen und Fluch des Rampenlichtes.

Unser Expertinnen-Team setzt mit der „Q\_Initiative 2012“ eigene Akzente: Wir wollen uns als Kraftwerk nicht nur in Wort, sondern auch in Taten für eine neue Erfolgsbalance® engagieren! Und so freuen wir uns sehr, den Geschäftsideen-Wettbewerb „Best Concept“ als Jurorinnen zu unterstützen. Zudem haben wir uns entschieden, einen besonderen Siegerinnen-Preis zu stiften: Ein 7stündiges „Empowerment-Coaching“, das sich unsere Preisträgerin aus der Kompetenzfülle der „Quantenspringerin.“ maßschneidern kann.

Und nun: freuen Sie sich auf die neue Impuls-Beiträge von sieben bis in die Haarspitzen motivierten Quantenspringerinnen. :-)

Wir wiederum freuen uns auf den Dialog mit Ihnen: in den Foren unser XING-Gruppe!

<https://www.xing.com/net/pricdd239x/quantenspringerin/>

**Ressort "ErfolgsBalance": Danielle G. Löhr - Agentin für Wandel. Als Freie Journalistin, Autorin & Intuitive Beraterin für Resilienz.**

**"Bühne frei für das Leben, das ich unternehmen will: Vom Werden und vom Sein."**

*Ich bin stark, weil ich meine Schwächen kenne,  
ich bin lebendig, weil ich eine Kämpferin bin,  
ich bin klug, weil ich dumm gewesen bin,  
und ich kann lachen, denn ich habe Traurigkeit kennengelernt.  
Ich bin eine stolze, starke Frau, die es durch harte Zeiten geschafft hat,  
und gelernt hat im Regen zu tanzen!*

— in Memoriam Whitney Houston —

Über das Thema „Bühne“ zu schreiben, ohne Bezug auf Whitney Houston zu nehmen, ist mir dieser Tage nicht möglich. Eine begnadet-talentierte, wunderschöne Frau, die mit ihrer Gabe Millionen von Menschen weltweit berührt, ja verzaubert hat. In den achtziger Jahren und den frühen Neunzigern war das. Wie viele Nächte habe auch ich nach ihren Songs durchtanzt, ihre Texte mitgesungen.

Sie schoß wie ein Komet in den Musik-Himmel, erstrahlte hell, war ein Mega-Star! Und erlebte in den darauffolgenden zwanzig Jahren die brutale Kehrseite dieser Popularität: die sie schließlich zerbrechen ließ. Mit nur 48 hauchte Whitney Houston am 11. Februar 2012 ihr Lebenslicht aus.

Ja, es gibt Menschen, die sehr intensiv – ja exzessiv leben. Und mit einem ebensolchen „Gongschlag“ abtreten: gerade im sogenannten „Show-Business“. Ein Geschäft, das wie kein zweites (und im Wortsinne!) vom Zeigen, Sehen und Gesehenwerden lebt.

**Lesen Sie weiter auf [www.quantenspringerin.de/ErfolgsBalance.html](http://www.quantenspringerin.de/ErfolgsBalance.html)**



## **Q\_Spirit News 9.2012**

vom 21. Februar 2012

**Ressort "AlltagsAkrobatik": Tatjana Nuding - Soziologin, Expertin für Kommunikation & Wandel - und Jongleurin mit den bunten Bällen des Alltags.**

### **"Zeig Dich!**

**- Die Sache mit der eigenen Website. -"**

Was es bedeutet, sich in der Öffentlichkeit zu zeigen, wurde mir erst so richtig klar, als ich mitten im Gründungsprozess war. Ein Punkt auf meiner Gründungsagenda lautete „Website erstellen“. Keine große Sache, dachte ich als Frau vom Fach. Weit gefehlt. Als mich nämlich urplötzlich eine 3-monatige Blockade in Hirn und Hand befiel, ahnte ich es schon: Der Schritt, sich mit dem eigenen Angebot in der Öffentlichkeit zu zeigen, ist gar nicht so leicht.

Mir wurde bewusst: Was da auf meiner Website steht, ist zunächst einmal im wahrsten Sinne des Wortes festgeschrieben ist. Für alle sichtbar. Damit beziehe ich Position. Position einnehmen – das heißt, ich muss mich erst einmal positionieren. Und mir im Klaren sein, mit welchen konkreten Themen, Inhalten und Angeboten ich nach Außen gehen möchte. Ich war erstaunt, wie schwer es mir fiel, mich festzulegen.

Lesen Sie weiter auf [www.quantenspringerin.de/AlltagsAkrobatik.html](http://www.quantenspringerin.de/AlltagsAkrobatik.html)

**Ressort "EnergieWende" - Dr.- Ing. Alexa Zierl - Kommunikation & Beratung für Energiewende & Klimaschutz. Freie Journalistin.**

### **"Öffentlichkeitswirksam: Auf Kundenfang für die Energiewende!"**

Man kann die Energiewende - den Umstieg auf 100 % erneuerbare Energien - als gesamtgesellschaftliche Aufgabe, als vierte technische Revolution, als Vision sehen. Oder zur Abwechslung mal als Produkt oder Geschäftsidee.

Dann würde ich mich fragen:

Wen möchte ich mit dieser Geschäftsidee ansprechen? Was „braucht“ meine Zielgruppe?

Wieso sollte sie das „Produkt Energiewende kaufen“?

Möchten Sie mit mir auf Kundenfang für die Energiewende gehen?

Lesen Sie weiter auf [www.quantenspringerin.de/EnergieWende.html](http://www.quantenspringerin.de/EnergieWende.html)

**Ressort "FrauenKraft": Heike Klamp - Heilpraktikerin für Wechselzeiten. Therapeutin für Ayurveda, Yoga & Chantitation.**

### **"Öffentlichkeiten. Sich zeigen - mit und ohne Wenn und Aber!"**

Öffentlichkeit – offen Sein für alle Sinne: das Sichtbare, Hörbare, Riechbare, Schmeckbare, Fühlbare in sich aufnehmen. Und sich selbst zeigen, um wahrgenommen zu werden auf allen Ebenen.

Meine Sicht als Heilpraktikerin, deren Herzens-Anliegen es ist, Frauen auf ihrem ganzheitlichen Weg des Wandels und Wechsels zu unterstützen:



## **Q\_Spirit News 9.2012**

**vom 21. Februar 2012**

Heilung findet zu Hause statt (wie auch Rosina Sonnenschmidt ihre Patientinnen immer wieder zu Auszeiten motiviert) aber nicht nur.

Indem wir im Außen zeigen, wie unsere Wege zur Heilung ausschauen, können auch andere davon profitieren, können inspiriert werden und dies dann – wenngleich wieder zu Hause, in ihrem Inneren – umsetzen. Die Klarheit dazu und das Wissen wie, erwächst aus dem liebevollen Blick, den Sie auf sich selbst richten.

„Aha“ lautet der Fingerzeig, den ich zu diesem Impulsbeitrag für Sie gezogen habe.

Lesen Sie weiter auf [www.quantenspringerin.de/FrauenKraft.html](http://www.quantenspringerin.de/FrauenKraft.html)

### **Ressort "GleichGewicht": Christina Bolte - Heilpraktikerin und Burnout-Lotsin®.**

**"Aus der Maske auf die Bühne: Einladung zur Wahrhaftigkeit!"**

**„Unsere zivilisierte Welt ist nur eine große Maskerade.“**

meinte schon Zeit seines Lebens der deutsche Philosoph Arthur Schopenhauer (1788-1860) .

... und das stimmt – wie ich finde – nicht nur zum Karneval. Ja, Karneval (man in manchen Gegenden Deutschlands auch Fasching oder Fasnacht genannt) bietet Menschen die unheimlich tolle Gelegenheit, sich zu verkleiden, um dann so völlig unerkannt „die Sau rauslassen“ zu können... Oder, wie der Aphoristiker Gerhard Uhlenbruck es auszudrücken pflegt:

**„An Karneval maskiert man sich, damit man die Maske fallen lassen kann.“**

Ich selbst habe das früher auch so praktiziert – als Kind sowieso, hauptsächlich des Verkleidens wegen. Später dann, während des Studiums und während meiner frühen Münchner Jahre, war die Karnevalszeit immer eine gern gesehene Gelegenheit zum Feiern.

Nachdem mich allerdings seit einigen Jahren immer häufiger das Gefühl beschleicht, mich im Alltag ohnehin schon oft genug verkleiden zu müssen oder mich in irgendwelchen Rollen wieder zu finden, die mir nur zum kleinen Teil entsprechen, habe ich selbst vor einigen Jahren beschlossen, die Karnevals-Festivitäten zukünftig zu meiden.

Lesen Sie weiter auf [www.quantenspringerin.de/GleichGewicht.htm](http://www.quantenspringerin.de/GleichGewicht.htm)

### **Ressort "KreativFlug": Katrin Schubert - Wirtschaftsmediatorin, Diplom-Designerin (FH), Ideen- und Innovationstrainerin für Entrepreneur.**

**"Öffentlichkeit: Lust oder Frust? Manchmal beides!"**

Kennen Sie das? Es gibt Tage, an denen mir gar nicht nach Öffentlichkeit ist. Momente, in denen das Sofa, möglichst nah an die Heizung gerückt, die Kuscheldecke und ein heißer Tee meine besten Freunde sind. An anderen Tagen wiederum täte genau dies mir gar nicht gut, da das 'in die Welt hinausgehen' mein innerer Motor ist und es mich anregt, mich zu zeigen, mit interessanten Menschen zusammenzukommen, präsent und öffentlich zu sein.



## **Q\_Spirit News 9.2012**

**vom 21. Februar 2012**

Nicht immer treffen die inneren Bedürfnisse und das, was gerade auf der Agenda steht zusammen. Dann wird es anstrengend. Im überschaubaren Radius des Alltags mag dies noch gelingen. Im Berufsalltag als Unternehmerin kann es jedoch eine echte Herausforderung werden.

Hier schlüpfen wir in viele Rollen. Möglichst authentisch möchten wir sie ausfüllen. Damit aber bewegen wir uns auch schon auf dem schmalen, sensiblen Grat zwischen Öffentlichkeit und Privatheit. Ich frage mich: Wie viel Privates möchte ich der Öffentlichkeit preisgeben?

**Lesen Sie weiter auf [www.quantenspringerin.de/KreativFlug.html](http://www.quantenspringerin.de/KreativFlug.html)**

**Ressort "WohlStand": Isabella Maria Weiss - Rhetorik-Trainerin für Menschen, Initiativen & Projekte.**

### **"Öffentlichkeit: Die Spiegel unserer Seele!"**

Nicht nur an den närrischen Tagen lieben wir es, uns zu verkleiden. Tag für Tag tragen wir Masken und Kostüme, spielen wir Rollen – häufig verschiedene an einem Tag! Von Maskeraden, Dramen und Clownereien leben Politik und Presse und unser tägliches Leben. Kaum deutlicher zu erleben als in den letzten Tagen und Wochen zum Thema „Staatsoberhaupt“!

Darüber wollte ich ursprünglich schreiben. Und über die Freude und Kunst „aus der Rolle zu fallen“ und „das Gesicht zu verlieren“ - als Teil unseres Wandlungsprozesses, als Teil von Entwicklung und Entfaltung.

Doch nun hat sich mein Leben in den letzten Tagen so ganz anders gestaltet und den vorgesehenen Inhalt dieses Artikels einfach weggewischt. Kehraus!

**Lesen Sie weiter auf [www.quantenspringerin.de/WohlStand.html](http://www.quantenspringerin.de/WohlStand.html)**

Zu Ihrer Orientierung:

Alle aktuellen Beiträge stehen für 4 Wochen direkt in den jeweiligen Rubriken online, sind aber ab 21. März 2012 als PDF's im **ImpulsArchiv** für Sie herunterladbar. Ebenso wie alle Beiträge aus den Vormonaten 2011!

Zudem finden Sie folgende Rubriken auf [www.quantenspringerin.de](http://www.quantenspringerin.de):

Q\_Shop - Mediathek - Vorträge & Seminare - Messen & Events - Projekte & Netzwerke.

Weil ein Weg bekanntlich entsteht, indem man ihn geht, hat unsere **Xing-Gruppe** mit Mehrwert ein greifbares Pendant bekommen: Das „**WohlStand-Gespräch**“ - moderiert durch Isabella Maria Weiss.

So, und nun wünsche ich Ihnen allen eine fruchtbare Lesezeit. Und danken für Ihre Empfehlungen! Bei Nachfragen zu den Beiträgen nehmen Sie gerne mit mir und den Kolleginnen direkt Kontakt auf. Unsere eMailadressen finden Sie auf [www.quantenspringerin.de](http://www.quantenspringerin.de)!

**Herzlichst, Ihre**

*Danielle G. Löhr*

Agentin für Wandel. & „Quantenspringerin.“-Initiatorin