

DR. FUCHS (CAS /ECA) SOLUTION FOCUS

Charisma Hypnose Coaching [®]

„Persönlichkeiten, nicht Prinzipien, bringen die Zeit in Bewegung“

(Oscar Wilde)



**„Charisma ist die Kunst,
andere zu verzaubern.
Charisma und Motivation
hängen eng zusammen.“**

(Nikolaus B. Enkelmann)

- **Charismatische Menschen** haben das gewisse Etwas und die Gabe, andere zu verzaubern. Einfach eine Strahlkraft, die sofort in den Mittelpunkt der Aufmerksamkeit rückt.
- **Den Begriff** selbst aber prägten ursprünglich christliche Theologen. Sie führten den Begriff der Gnadengabe schon vor knapp zwei Jahrtausenden ein und beschrieben damit vom Heiligen Geist beseelte Menschen, die im besonderen Maß über Weisheit, Erkenntnis und Glauben verfügen.
- **Heute** und vor allem im Management gilt Charisma eher als besondere Ausstrahlung, als Gabe und Geist von Persönlichkeiten mit besonderer Wirkung die eine nahezu magische und unwiderstehliche Aura verleiht. Es macht sie zur Marke.

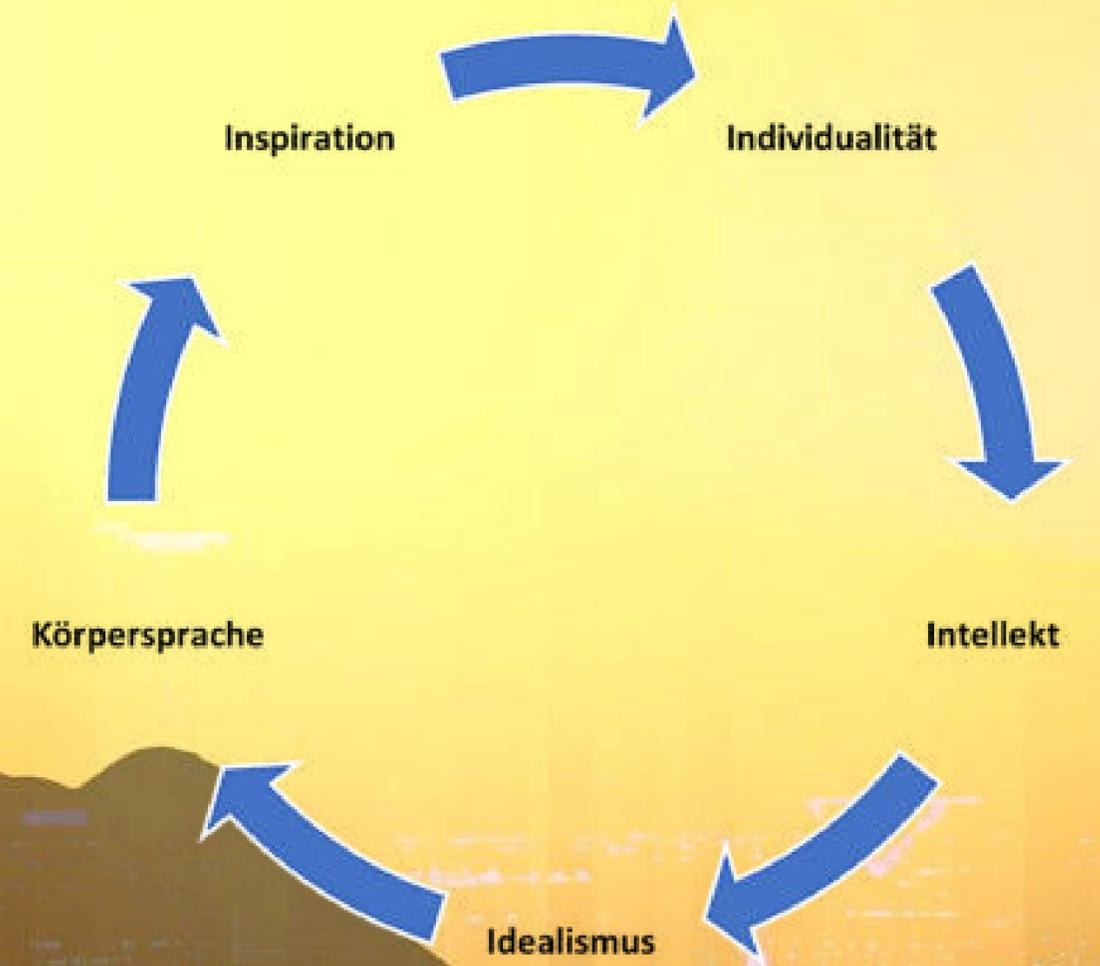
Sicher ist: Charisma macht populär.

Charismatiker handeln außergewöhnlich, denken regelfremd und sind von der Meinung anderer unabhängig. Zahlreichen Persönlichkeiten wird diese Gabe und Ausstrahlung nachgesagt. Dennoch bleibt Charisma eine schwer zu fassende Eigenschaft.

Beinahe geheimnisvoll wirkt die Ausstrahlung auf andere, die sich von dieser einfach nicht lösen können. Es lässt sich aber nicht genau der Finger auf das legen, was Charisma ausmacht. So orakelte bereits das Wirtschaftsmagazin „Fortune“: „Sie fühlen es, wenn Sie es sehen“.



**Dr. Fuchs
SolutionFocus
Charisma Hypnose
Coaching®**



Die 4 Arten von Charisma

- **Fokussiertes Charisma**

(Bill Gates, Mahatma Gandhi) Charismatiker dieses Typs strahlen eine enorme Präsenz aus. Sie wirken hellwach, hören genau zu und verstehen schnell. Menschen mit fokussiertem Charisma füllen sofort den Raum. Unsere Reaktion darauf: Bewunderung.

- **Autoritäres Charisma**

(Barack Obama, Margaret Thatcher) Diese Form des Charismas basiert vor allem auf starkem Selbstbewusstsein. Die selbstbewusste Ausstrahlung zieht andere in den Bann und verleiht den Trägern hohen Status und Einfluss. Ihr Umfeld empfindet vor allem Anerkennung und Ehrfurcht.

- **Autoritäres Charisma**

(Steve Jobs, Elon Musk, Martin Luther King) Menschen mit diesem Charisma haben einen starken Glauben oder eine große Vision, von denen sie zutiefst überzeugt sind. Das inspiriert andere und spornt sie zu herausragenden Leistungen an. Visionäre Charismatiker motivieren und beflügeln.

- **Freundliches Charisma**

(Dalai Lama, Mutter Teresa) Freundliches Charisma lässt sich nicht trainieren – es ist eine Haltung. Zutiefst authentisch, warm und empathisch. Menschen im Umfeld fühlen sich sofort angenommen, geliebt und geborgen. Die Beziehungsgiganten unter den Charismatikern.

Lange Zeit stand fest:

Charisma kann man nicht lernen, es ist angeboren. Man hat es oder eben nicht. Doch das ist definitiv ein Fehler.

Charisma ist kein angeborener Charakterzug, sondern eine Fremdwahrnehmung. Andere als wir selbst entscheiden, ob wir es haben oder nicht.

Ob Charisma (in Teilen) in den Genen liegt, bleibt auch weiterhin umstritten. Immerhin hat die Wissenschaft das Phänomen inzwischen intensiver erforscht und dabei fünf wesentliche Eigenschaften kondensiert, die Charismatiker auszeichnen:

Inspiration, die motiviert; **Individualität**, die imponiert; **Intellekt**, der ermutigt; **Idealismus**, der beruhigt und eine **Körpersprache**, die ebenso geheimnisvoll wie souverän wirkt.

Vieles davon hängt mit einem starken Selbstwertgefühl, Mut und Durchhaltevermögen zusammen. **Die charismatische Ausstrahlung**, die uns alle so anzieht und beseelt, ist die intensive und scheinbar unerschütterliche Selbstsicherheit, die jemand besitzt, egal, was er oder sie tut.

Die gute Nachricht daran:

Vieles davon lässt sich durch **Dr. Fuchs Solution Focus Charisma Hypnose Coaching**® im Unterbewusstsein verankern. Jeder trägt Charisma in sich und kann durch **Dr. Fuchs Solution Focus Charisma Hypnose Coaching**® zur persönlichen Spitze gebracht werden.

**„Charisma ist die Qualität, die
Leute dazu bringt, dir zu folgen.
Es ist die Fähigkeit, zu inspirieren.“**

(Lido 'Lee' Iacocca)



**Dr. Fuchs
SolutionFocus
Charisma Hypnose
Coaching®**





Dr. Fuchs SolutionFocus Charisma Hypnose Coaching®

Dr. Fuchs Solution Focus Charisma Hypnose Coaching® findet in vier Meetings über einen Zeitraum von circa acht Wochen in der Praxis Dr. Fuchs statt. Die erste Sitzung dauert zwei Stunden und die weiteren jeweils eine Stunde. Die Termine werden jeweils individuell vereinbart. Sie erhalten nach der ersten Sitzung ein persönlich abgestimmtes Dr. Fuchs Charisma Protokoll.

Die Rezensionen auf Google, sprechen für sich.



Regina: ★★★★★

Dr. Christian Fuchs überzeugte durch Kompetenz, Erfahrung und Persönlichkeit - Er ist ein TOP-Berater & Coach und hat mir persönlich sehr geholfen, daher unbedingt 5 Sterne (ich würde auch 6 geben, wenn es möglich wäre) und vielen Dank für die wertvolle Zusammenarbeit. :-)

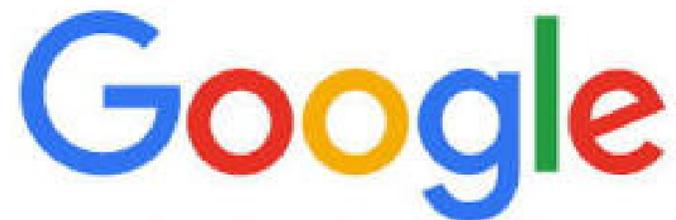
Martin: ★★★★★

Ich möchte mich sehr herzlich bei Hr. Dr. Fuchs für seine professionelle Arbeit bedanken! Kann ich nur jedem Menschen empfehlen, der an seiner eigenen Persönlichkeitsentwicklung interessiert ist.

Jürgen: ★★★★★

Oft reicht ein systemischer Blick auf das Ganze, um ohne große Veränderung wirksame Lösungen zu erzielen. Die Auflösung der kritischen Situationen entsteht dann durch das Verstehen und dem erweiterten Blickwinkel (fast von alleine). Was Herrn Dr. Fuchs wirklich einzigartig macht, ist die Kombination aus jahrzehntelanger Business Erfahrung und Coaching Kompetenz. Danke für die Begleitung!

Die Rezensionen auf Google, sprechen für sich.



Kundenrezensionen

Jakob: ★★★★★

... ich möchte mich nochmals für die bereichernden Termine bedanken. Es geht mir richtig gut.

Johann: ★★★★★

Danke die guten Gespräche, Hilfe und Anregungen. Es waren wirklich sehr angenehme, hilfreiche und wertvolle Sitzungen für mich. Sie haben mich auf einen guten Weg gebracht.

Lisa: ★★★★★

Dr. Fuchs ist unglaublich! Seine Sicht auf die Themen und besonders seine Fragen lösen echte AHA-Momente aus. Er hat in wirklich kurzer Zeit mein Chaos in mir gelöst und mich so viel weitergebracht!



Dr. Christian Fuchs, MBA, CSE
Dipl. Coach (CAS  / ECA)
Psychologische Beratung & Hypnose Coaching

FAQ HYPNOSE

Hypnose ist für viele Herausforderungen im Leben eine sehr gute Hilfe.

Mit relativ wenig Zeitaufwand können die Lebensumstände positiv verändert werden. Hypnose ist eine besondere Form der Tiefenentspannung, in der eine Kommunikation mit dem Unterbewusstsein möglich wird. Unser Gehirn greift auf das Bewusstsein und das Unterbewusstsein zu. Überblicksmäßig kann gesagt werden, dass die Aufteilung in etwa 10% Bewusstsein und 90% Unterbewusstsein ausmacht. Unser Unterbewusstsein nimmt sehr viel mehr auf als wir bewusst registrieren.

Erfolgreiche Menschen...

...arbeiten sehr oft mit ihrem Unterbewusstsein zusammen. Denken Sie nur an Top Manager und Spitzensportler, die ihre Mentalkräfte für den persönlichen Erfolg nutzen. Es ist viel einfacher erfolgreich zu sein, wenn man mit dem eigenen Unterbewusstsein zusammenarbeiten kann. Im hypnotischen Zustand kann dies verstärkt erlernt und für den zufriedenen Weg in die Zukunft genutzt werden.

FAQ

FAQ HYPNOSE

Kann jeder Mensch hypnotisiert werden?

Grundsätzlich sind die meisten psychisch gesunden, zumindest durchschnittlich intelligenten Menschen hypnotisierbar (mit steigender Lernfähigkeit und Intelligenz nimmt die Hypnotisierbarkeit zu). Voraussetzungen sind Freiwilligkeit, der Wille, den Anleitungen des Hypnotiseurs zu folgen und die Fähigkeit, sich zu entspannen.

Wie werde ich hypnotisiert?

Der Vorgang der Hypnose ist einfach erklärt. Sie liegen entspannt in einem bequemen Sessel und haben die Augen geschlossen. Ich werde mit ruhiger Stimme zu Ihnen sprechen und Sie anleiten noch mehr zu entspannen. Mit gewissen Sprachmustern von mir und wenn Sie es wirklich möchten, werden Sie in die oben beschriebene konzentrierte Tiefenentspannung kommen. Sie werden meine Stimme klar und deutlich hören und Sie können auch sprechen. Ihr rationaler, analytischer Verstand hat jetzt ein wenig Pause und dafür sind ihr Unterbewusstsein und ihre Sinne umso aufmerksamer. Ein idealer Zustand der Hypnose, in dem Sie festgefahrene Verhaltensmuster, Glaubenssätze, Blockaden und Ängste auflösen können und neues, gewünschtes Verhalten verankert wird.

Ist Hypnose gleichzusetzen mit Schlaf?

Nein, Hypnose ist kein Schlaf! Hypnose ist ein (in der Regel als angenehm empfundener) tranceartiger Zustand erhöhter Aufnahme- und Lernbereitschaft, in dem das Unterbewusstsein offen ist für Suggestionen. Der Klient bekommt in Hypnose grundsätzlich alles mit, was passiert.

FAQ

FAQ HYPNOSE

Warum sagt der Hypnotiseur bei der Hypnose-Induktion "Schlaf!"?

Auch wenn Hypnose kein Schlaf ist, beschreibt das Wort "Schlaf" am besten, was der Klient tun soll: die Augen schließen, sich entspannen und bewusstes Denken reduzieren.

Ist die gewünschte Veränderung nur in sehr tiefer Trance erzielbar?

Die größten Erfolge können in einem tiefen hypnotischen Zustand erreicht werden; u.a. für die Befragung des Unterbewusstseins, die Aufdeckung von Problemursachen, die Regression und die Verankerung von Selbsthypnose, ist eine tiefe Trance Voraussetzung. Die meisten Menschen können - wenn vielleicht auch nicht gleich in der ersten Sitzung, so doch mit etwas Übung - diese tiefe Trance erreichen - vorausgesetzt, sie wollen es und arbeiten konsequent aktiv mit.

Welche Anzeichen für Hypnose gibt es?

Folgende Anzeichen können auftreten, wenn der Klient in Hypnose ist: Flattern der Augenlider, Augenrollen, gesteigerter Schluckreflex, unbewusste Zuckungen, flachere Atmung, Atemgeräusche (leichtes Röcheln), verlangsamter Puls, Darmblubbern, totale körperliche Entspannung.

FAQ

FAQ HYPNOSE

Bin ich dem Hypnotiseur in Hypnose ausgeliefert?

In Hypnose sind Sie nicht, wie manche Menschen glauben, willenlos. Sie machen in Hypnose nichts, was Sie bewusst nicht tun oder wollen würden und können die Hypnose selbst jederzeit beenden. Würde während einer Hypnose irgendetwas passieren, was bei Ihnen Widerstand auslöst, würde Ihre Entspannung sofort schwächer. Der Hypnotiseur arbeitet gemeinsam mit Ihnen an dem vom Ihnen definierten Ziel; Veränderungen gegen Ihren Willen sind nicht möglich.

Kann es sein, dass ich in der Hypnose "hängenbleibe"?

Nein. Spätestens, wenn Sie einen Harndrang verspüren, lässt die Tiefe der Trance nach. Ein seriöser Hypnotiseur führt darüber hinaus die Auflösung der Hypnose genauso gewissenhaft durch wie die Einleitung der Hypnose.

Darf eine Person meines Vertrauens bei der Hypnose-Sitzung anwesend sein?

Grundsätzlich ist das Mitbringen einer Person des Vertrauens möglich; die Anwesenheit Dritter kann jedoch blockierend auf den Klienten wirken und den Prozess erschweren oder verlangsamen.

FAQ

FAQ HYPNOSE

Ist Hypnose gefährlich?

Unter Anleitung eines seriösen, ausgebildeten Hypnotiseurs: nein. Die tiefe Trance der Hypnose ist im Gegenteil ein ausgesprochen gesunder Zustand und kann diverse positive "Nebenwirkungen" haben: Sinken von Atemfrequenz, Puls und Blutdruck; Reduktion von Stresshormonen; ganz allgemein ein angenehmer Zustand seelischen und körperlichen Wohlbefindens. Darüber hinaus ist Hypnose eine äußerst effektive Methode, tiefsitzende Themen und Probleme loszulassen bzw. zu lösen.

Kann die Hypnose zu tief sein?

Nein. Je tiefer die Trance, desto einfacher die Arbeit mit dem Klienten.

Vertraulichkeit und Schweigepflicht

Von mir wird niemals irgendeine Information oder irgendein Sachverhalt, der vor oder während der Behandlung zur Sprache kommt, an Dritte weitergegeben. Ich unterliege der gleichen gesetzlichen Verpflichtung zur Verschwiegenheit wie jeder Arzt. Diese Schweigepflicht nehme ich sehr ernst. Das garantiere ich. Meine Diskretion und Verschwiegenheit gehen dabei noch über das gesetzlich vorgeschriebene Maß hinaus. Dies gilt für alle schriftlichen, persönlichen und telefonischen Kontakte.

Dr. Fuchs SolutionFocus Charisma Hypnose Coaching®

www.fuchs-hypnose.at / +43 676 53 64 338 / christian@fuchs-hypnose.at

DR. FUCHS (CAS /ECA) SOLUTION FOCUS

FAQ