



Claudia Schulte

Claudia Schulte:
Businesscoach mit
Leidenschaft.

Claudia Schulte ist Businesscoach mit Leidenschaft. Ihren Klienten zeigt sie persönliche Wege M.I.T. Kraft[®] auf, die mit fachkundigem Know-how in den Bereichen Kommunikation und Marketing, langjährigen Erfahrungen in der Bewusstseinsarbeit und wissenschaftlich fundierter Erkenntnis gepflastert sind. Dabei holt sie jeden genau da ab, wo er gerade steht.

Aus dem tiefen Wunsch heraus, mit ihren Händen zu heilen, hat sich Claudia Schulte in den 80-iger Jahren als Physiotherapeutin erfolgreich selbständig gemacht.

Eine Berufskrankheit brachte den Umbruch in ihrem Leben. Mit viel Elan absolvierte sie Zusatzausbildungen in ganzheitlicher Heilkunde, bevor sie sich dem Studium der Wirtschaftspädagogik und Geisteswissenschaften in München widmete. Sie beschäftigte sich intensiv mit Ayurveda, Yoga und Meditation, die sie während ihrer

zahlreichen Auslandsaufenthalte erlernt und in ihr tägliches Leben integriert hat.

Seit 1987 leitete Claudia Schulte Projekte im Marketing und Vertrieb für Verbände und Firmen. Die aktive Networkerin veranstaltet und moderiert seit über vier Jahren das Business-Frühstück „OPEN MIND“ in München. Sie hält Vorträge und gibt Workshops, wobei Einzelcoachings ihr Schwerpunkt sind. Dabei lässt sie sich voll und ganz auf ihren Gesprächspartner ein. Sie denkt jeden Gedanken mit und empfindet seine Welt dabei

nach. Es geht ausschließlich um den Klienten in seiner ganz individuellen Situation. Claudia Schulte ist gelistete KfW-Beraterin. Ihre Coachings für Existenzgründer und Jungunternehmer, aber auch ihre Beratungen zur Geschäftserweiterung oder Nachfolgeplanung können zwischen 50 und 70 % gefördert werden.

Claudia Schulte ruft in ihren Vorträgen und Einzelcoachings immer wieder dazu auf, sich den eigenen Atem im Berufsalltag bewusst zu machen. Denn der Atem ist das Handwerkszeug, das jeder Mensch in jedem

Moment seines Lebens bei sich hat und als nie versiegende Energiequelle nutzen kann. Im Gespräch mit der B.C.B.IMPULSE® - Redakteurin verrät Claudia Schulte sofort umsetzbare Akquise- und Marketingtipps durch bewusstes Atmen und Achtsamkeit.

Frau Schulte, wofür stehen die Buchstaben M.I.T. in Ihrem Unternehmenskonzept Wege M.I.T. Kraft® und was hat das mit der Atmung zu tun?

Der Buchstabe M steht für Manifestation, das I für Intuition und das T für Transformation. Wir leben, weil wir atmen. Durch den Atem sind wir mit allem verbunden, mit unseren Mitmenschen, unserer Umgebung und mit der universellen Lebenskraft. Für mich gibt es immer ein „sowohl – als auch“. Bewusstes Atmen verleiht Stärke, mit der Kraft unserer Worte und unserem Vorstellungsvermögen lässt sich die eigene Wirklichkeit gestalten und manifestieren. Ein gutes Bauchgefühl im Alltag und die bewusste Wahrnehmung im Hier und Jetzt helfen uns dabei, nachhaltige Veränderungen zu bewirken. Eine der Grundvoraussetzungen, um wahre Schöpferkraft zu entwickeln, ist die innere Bereitschaft, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen.

Welche sofort einsetzbaren Tipps für die Kundenakquise haben Sie für unsere Leser?

Nun, es ist die grundsätzliche Herangehensweise an das Thema: Zum einen ist es ganz wichtig, sich hundertprozentig mit dem Produkt oder der Dienstleistung zu identifizieren. Zum anderen ist die innere Einstellung maßgeblich, um einem Gesprächspartner auf Augenhöhe zu begegnen. Man ist niemals ein Bittsteller. Das Akquisegespräch ist für mich auch kein Verkaufsgespräch, sondern es ist ein Türöffner. Jemand soll aufmerksam werden, interessiert werden. Ich rate dazu, vor jedem Telefonat mindestens sieben bewusste Atemzüge zu machen. Dabei ist es wichtig, dass Sie sanft und tief einatmen und betont langsam wieder aus. So finden Sie Gelassenheit und schaffen nach dem Re-

sonanzprinzip eine positive Stimmung für einen ersten Austausch – ob persönlich oder am Telefon – an der Ihr Gesprächspartner andocken kann. Auf jeden Fall nimmt er Ihre Souveränität und Ausgeglichenheit wahr. Angst führt zu Atemlosigkeit, bewusstes und freies Atmen zu Angstfreiheit. Wir können den Gesprächsverlauf durch unseren Atem steuern.

Wie gestalten Sie ein Akquise-Gespräch am Telefon?

Zunächst einmal ist es wichtig, genau den richtigen Ansprechpartner in einer Firma zu finden. Durch einen wertschätzenden Umgang mit Sekretärinnen, Assistenten oder Mitarbeitern in der Telefonzentrale lässt sich das mit einigen zielführenden Fragen herausfinden. Dann hole ich meinen Gesprächspartner mit einem positiven Einstieg ins Boot. Dafür eignet sich ein „Bonbon“ wie eine Geschenk- oder Rabattaktion, eine Einladung oder ein ehrliches Kompliment, wie zum Beispiel „Ich habe mir gerade Ihre Homepage angesehen und finde Ihr Angebot sehr interessant.“ Da sich Akquise und Verkauf nicht vom Marketing trennen lassen, habe ich meinen persönlichen Elevator-Pitch parat und stelle meinem Gesprächspartner nicht nur mein Alleinstellungsmerkmal vor, sondern ich zeige ihm vor allem auf, welchen Nutzen und Mehrwert er dadurch hat. Und das alles

sehr prägnant, denn der Aufmerksamkeitspunkt ist kurz. Wenn ich Fragen stelle, dann immer offene Fragen, die nicht mit einem schlichten Ja oder Nein beantwortet werden können. Und ganz zum Schluss unbedingt einen Anknüpfungspunkt herstellen, also Unterlagen zusenden, einen Link zuschicken und einen späteren Zeitpunkt zum Telefonieren abstimmen.

Und noch etwas: Mein Arbeitsplatz ist so eingerichtet, dass ich mich dort auch wohlfühle.

Wie gehen Sie mit einem Nein um?

Bei unseren Akquise-Aktivitäten sprechen wir von B2B. Akquise wird als ganz normale Geschäftstätigkeit unter Geschäftsleuten angesehen. Es herrscht ein höflicher Grundton. Vor meinem geistigen Auge stelle ich mir immer nette Menschen vor, die mit mir kommunizieren, aber das Ergebnis ist offen, denn aus Erfahrung weiß ich: Es gibt selten einen Treffer auf Anhieb. Vor der Ablehnung habe ich keine Angst. Ich nehme sie nicht persönlich, es wird Gründe für das „Nein“ geben. Mein Angebot ist dennoch wertvoll, und ich lasse mich nicht entmutigen. Ich habe die Chance genutzt, mich vorzustellen, einen positiven Eindruck zu machen, und kann bei passender Gelegenheit daran anknüpfen. Mit der richtigen Atemtechnik strahlen Sie Ruhe, Souveränität und Gelassenheit aus. Ihr Gesprächspartner wird sich nachhaltig daran erinnern. Und genau darum geht es.

Welche Aktivitäten planen Sie mit Business Club Bavaria?

Für dieses Jahr sind im Rahmen des B.C.B. zwei Veranstaltungen geplant. Zum einen halte ich am 22. Juli 2015 um 19.00 Uhr im Steinway-Haus den Vortrag „Akquise ohne Angst – Nie mehr atemlos bei der Kundengewinnung“ und am 29. Oktober 2015 um 18.00 Uhr gibt es als inhaltliche Ergänzung einen Workshop für UnternehmerInnen, die in der Kundenakquise fit werden wollen. Darüber hinaus freue ich mich natürlich auf die interessanten Abendveranstaltungen von Kajetan Brandstätter, bei denen ich andere Mitglieder kennenlernen und neue Impulse erhalte.





Claudia Schulte:
„Wir leben in
einer atemlosen,
atemvergessenen
Gesellschaft.“

Akquise ohne Angst

Warum uns die bewusste Atmung stark macht

Wir leben in einer atemlosen, atemvergessenen Gesellschaft. Die meisten Menschen betrachten Atmung als etwas Selbstverständliches, um das man sich nicht viel zu kümmern braucht. Dabei hat uns die Natur mit dem Atem ein wunderbares Geschenk gemacht. Wir atmen tagaus, tagein. Der Atemfluss begleitet uns von der Geburt bis zum Tod, er steht uns in jedem Augenblick uneingeschränkt zur Verfügung, vom ersten Schrei bis zum letzten Atemzug.

Schon beim Säugling prägt der Lebensrhythmus den Atemrhythmus. Vorgänge, die mit Anspannung und Loslassen zu tun haben "wie Hunger und Sättigung, Verlassenheit und Zuwendung" tragen schließlich dazu bei, ob der Rhythmus des Atems ungestört ist oder nicht. Doch was bedeutet das für uns und unseren Berufsalltag?

Wie schätzen Sie sich selbst ein? Gehören Sie eher zu den Menschen, die innerlich entspannt sind und in ihrem natürlichen Atemrhythmus schwingen, oder fühlen Sie sich durch das Zuviel der Dinge überfordert? Können Sie die unablässig strömenden Eindrücke ordnen und vollständig verarbeiten, oder neigen Sie vielmehr dazu, den Atem einzuziehen und festzuhalten?

Gewinnen Sie Stärke mit wenig Zeitaufwand

Eine hochwirksame Methode, mit wenig Zeitaufwand innere Stärke zu gewinnen, ist der bewusste Einsatz Ihres Atems. Sie können Ihre Atmung in jedem Augenblick aktiv zur Verbesserung Ihres Seinszustandes nutzen. Mit der Anbindung an Ihren Atem sind Sie in der Lage, innerhalb kürzester Zeit von einer gestressten oder angstvollen Verfassung in einen entspannten Zustand zu gelangen. Sie werden innerlich ruhiger und gelassener. Je öfter Sie Ihrem eigenen Rhythmus gemäß ein- und ausatmen, desto weniger kommen Sie in Gefahr, kraftlos der Umwelt ausgeliefert zu sein und sich in ihr zu verlieren.

Werden Sie immer öfter Zeuge Ihrer Atmung

Machen Sie sich möglichst oft, wann immer es Ihnen einfällt, Ihre Atmung bewusst. Atmen ist weniger etwas, das Sie tun, als vielmehr etwas, dessen Zeuge Sie werden, während es geschieht. Achten Sie auf die Empfindung Ihres Atemflusses, spüren Sie wie er kühl zur Nase einströmt und warm wieder aus. Achten Sie auch auf die kurzen Unterbrechungen in der Atembewegung, besonders auf die Pause nach dem Ausatmen, die ganz natürlich entsteht, bevor Sie wieder Atem holen.

Durch das Tun, die bewusste Atmung ändert sich umgehend Ihr Erleben. Bereits einige tiefe Atemzüge, die Sie mit geschlossenen Augen nehmen, bewirken eine Steigerung Ihres Wohlbefindens. Dabei liegt der Schwerpunkt Ihrer Aufmerksamkeit auf dem betont langsamen Ausatmen.

Wenn Sie sich Ihre Atmung bewusst machen, ziehen Sie Aufmerksamkeit von Ihrem Denken ab und schaffen Raum für Ihr Sein. Wo vorher Ihre Gedanken einander in ununterbrochener Folge jagten, entstehen Momente des Innehaltens, der inneren Ruhe und Gelassenheit. Während Sie achtsam dem sanften Luftstrom folgen, der in Ihren Körper ein- und wieder ausströmt und fühlen, wie sich Brust und Bauch entsprechend heben und senken, werden Sie sich zugleich Ihres Körpers bewusst. Ihr Atem gewinnt seine natürliche Tiefe zurück und führt Sie in den gegenwärtigen Augenblick.

Nehmen Sie sich noch einige Minuten länger Zeit und bringen Ihren Atem zur vollen Entfaltung, so stellen Sie fest, dass er Sie in hohem Maß wach und präsent macht, bis Sie schließlich ganz im Hier und Jetzt ankommen. Die Erfahrung Ihres Atems zeigt Ihnen, dass Sie immer authentischer werden und immer unmittelbarer reagieren können, je mehr Sie mit dem Augenblick verschmolzen sind.

Atem verbindet Körper und Geist zu einer Einheit

Atem verbindet. Der Atem strömt ein, der Atem strömt aus. Er fließt um die Dinge herum und durch sie hindurch. Wenn Sie die Übung der bewussten Atmung und Selbstwahrnehmung praktizieren, gelangen Sie nicht nur vom Kopf in Ihren Körper zurück. Auch Ihr Körper und Geist finden wieder zusammen und bilden eine Einheit.

Das Verbundensein mit sich selbst ermöglicht Ihnen eine stärkere Beziehung zur Umwelt, es trägt unwillkürlich zum besseren Kontakt mit Ihrem Gegenüber bei. Sie sind zugewandter, interessierter und emphatischer – und schaffen so einen positiven Resonanzraum. Im Gegenzug fällt es dem Anderen leichter, sich zu öffnen und mit Ihnen auszutauschen.

Mit täglich 10-15 Minuten konzentrierter, bewusster Atmung schaffen Sie in Ihrem Berufsalltag die Grundlage für mehr Gelassenheit, Bezogenheit und Präsenz. Mit Hilfe des Atems können Sie Ihr Befinden in eine gute Richtung lenken und über diesen Weg auch den Umgang mit Ihren Mitmenschen positiv beeinflussen.

Atem verändert. Sie gewinnen Anziehungskraft, werden glaubwürdiger und stellen mit Ihrem Gegenüber eine Verbindung her, die es Ihnen leichter macht, mit ihm zu kommunizieren. Gleichzeitig vermitteln Sie dem Anderen ein gutes Gefühl und stellen sicher, dass er den Kontakt mit Ihnen gerne in Erinnerung behält.



Wege M.I.T. Kraft[©]
BUSINESS & BEWUSSTSEIN

Claudia Schulte – Wege M.I.T. Kraft[©]
Kraftvolles Marketing – Mehr Stärke im Alltag

Marketing- und Gründungsberatung
Integratives Coaching - Seminare - Workshops - Vorträge

Naagerstr. 9 | 80937 München
Telefon: +49(89) 35 89 55 96
Telefax: (03212) 35 00 910

Email: cschulte@wege-mit-kraft.de
Web: www.wege-mit-kraft.de

