

22. Z.A.P.F.-Femme –Treffen

Sich selbst mit einem Lächeln begegnen

Ausstrahlung hat weniger mit Äußerlichkeiten als vielmehr mit positiver innerer Einstellung zu tun. Ausstrahlung haben Menschen, die sich ihrer selbst bewusst sind und ehrlich ihren Weg gegangen sind. Regina Först gehört zu ihnen und sie fesselte die Zuhörer/innen des 22. Z.A.P.F.-Femme-Treffens mit ihrem charismatischen Charme – weil sie glaubhaft und überzeugend für das steht, was sie als Trainerin für Persönlichkeitsentfaltung vermitteln möchte. Die Angebote und Wege, die sie aufzeigt, gründen sich auf persönliche Erfahrungen und selten ist jemand selbstkritischer mit sich und seinem Leben ins Gericht gegangen.

Von Wichtig zu Wahrhaftig. Regina Först hat ihre Karriere in der Modebranche gestartet, als Einkäuferin, Verkaufsleiterin und schließlich als Personalchefin. In keiner anderen Branche ist die Diskrepanz zwischen Sein und Schein bekanntlich so ausgeprägt wie in der Modebranche. Die Welt der Schönen und Reichen hat sie geprägt und auf sie abgefärbt: „Ich habe mir so oft ein Urteil über andere angemaßt“, gibt sie heute selbstkritisch zu und erzählt dann aus ihrem jetzigen Leben, von einem ihrer Seminare, in dem ein Teilnehmer über-

zeugt war, das Seminarziel zu 100 Prozent erreicht zu haben, weil er „überhaupt keinen Spaß mehr am lästern“ hat.

Seinerzeit haben dieses Unverhältnis und das fehlende innere Gleichgewicht Regina Först krank gemacht. Leidvoll und schmerzvoll waren die Erfahrungen. Aber sie ist geläutert aus diesen Schicksalsschlägen hervorgegangen, sie hat ihrem Leben eine neue Wende gegeben. Sie erzählt dies heute ohne Pathos, ohne nach Mitleid zu haschen, mit Ernst und sogar mit

einem Anflug von Humor. Heute weiß Regina Först, „dass wir das, was wir über andere sagen, über uns selbst sagen“ und „viel mehr Zeit haben, wenn wir uns, statt auf die anderen, auf uns selbst konzen-



Erfolgsrezept. Regina Först sprach beim 22. Z.A.P.F.-Femme-Abend über Ausstrahlung und Charisma als Schlüssel zum Praxiserfolg.

trieren“. Sie weiß, dass Persönlichkeit viel wichtiger ist als Äußerlichkeiten – und sie möchte ihre Erfahrungen weiter geben, andere bestärken in ihrer Überzeugung, dass jeder Mensch Ausstrahlung und Charisma besitzt. „Je mehr wir uns auf uns selbst konzentrieren, desto größer ist das Licht“. Seit 1998 arbeitet sie als selbständige Trainerin für Persönlichkeitsentfaltung. Über 40.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden bisher von der Magie ihrer Ausstrahlung inspiriert.

Her mit den Komplimenten.

Regina Först erzählt aus ihrer Zeit als Personalchefin bei New Yorker, als sie die Entscheidung für die Einstellung einer Bewerberin innerhalb weniger Sekunden getroffen hat, „aus dem Gefühl heraus, aus dem Bauch“. Es ist der erste Eindruck, der zählt. 100 Milliarden Nervenzellen arbeiten dann auf Hochdruck. Das Thema hat sie nie wieder losgelassen, auch wenn ihr erst viel später die Tragweite der Erkenntnis bewusst wurde. Die Chemie stimmt, der Funke springt sofort über – das ist Ausstrahlung. Der erste Eindruck ist eine Entscheidung innerhalb weniger Sekunden.

Welchen ersten Eindruck macht Ihre Praxis? In einer Zeit, in der sich Dienstleistungen und Produkte kaum mehr unterscheiden, sind Menschen das wichtigste Kapital in der Praxis, ist Regina Först überzeugt. „Sie werden nicht nur daran gemessen, was Sie können, sondern auch wie Sie Ihr Können vermitteln. Die entschei-

dende Brücke zur Ihren Patienten ist das Praxisteam. Jedes Teammitglied bringt sich neben seinen fachlichen Kompetenzen mit seiner ganzen Persönlichkeit und seiner Ausstrahlung ein.“ Für die nächste Mitarbeiter-Besprechung gab sie den anwesenden Zahnärztinnen und Zahnärzten eine Anregung mit auf den Weg: „Machen Sie die Wertschätzungsübung ‚Her mit den Komplimenten‘ und Sie werden feststellen, dass auch Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter über sich hinauswachsen, wenn sie

wertgeschätzt werden. Und die „Geschichtenerzählerin“ Regina Först konnte auch hierzu eine passende Geschichte erzählen: Von einer ‚Klofrau‘, die über das Lob für die von ihr gereinigte Autobahnraststätten-Toilette zu Tränen gerührt war – denn bisher hatte noch nie jemand ihre Arbeit wertgeschätzt und gelobt.

Heute ist ein Lächeltag hatte Tochter Katharina ihrer Mutter vor vielen Jahren als Aufmunterung in einer schwierigen Lebensphase mit Lippenstift auf den Badspiegel

geschrieben. Sohn Maximilian steuerte dem Aufmunterungssatz an die Mutti eine Sonne bei – so kam ‚Heute ist ein Lächeltag‘ in die Welt. 2004 wurde der ‚Heute ist ein Lächeltag e.V.‘ als Verein für Lebensfreude und gute Taten gegründet und hat seither Hoffnung und Licht in das Leben zahlreicher Menschen gebracht. Auch in das Praxisteam Konzelmann aus Schwaikheim, die schon so viele Seminare bei Regina Först belegt haben, dass sogar ein eigenes Seminar aus ihrem Engagement entstanden ist. Geschlossen in ihren

‚Heute ist ein Lächeltag-T-Shirts‘ war das Praxis-Fan-Team Konzelmann auch beim Z.A.P.F.-Femme-Abend vertreten und hat Regina Först beim Lächeln unterstützt.

Zwei Stunden mit Regina Först – als man danach seinen Blick durch die Reihen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer schweifen ließ, stand außer Frage, dass die Trainerin auch beim Z.A.P.F.-Femmetreffen am 19. September 2005 ihr Seminarziel erreicht hatte: „Ich möchte Ihnen eine Idee geben, sich selbst mit einem Lächeln zu begegnen!“ *am*

