

## Credo

von Friederike Lehnig

### **Prinzipien und Wertevorstellungen als Image-Consultant**

Meines Erachtens spiegelt sich unser Image, das äußere wahrnehmbare Bild unserer Persönlichkeit, in dreifacher Weise wider: zum einen visuell über die äußere Erscheinung, zum anderen intuitiv über die Ausstrahlung der inneren Haltung und letztlich ethisch als aktiver Ausdruck des Umganges mit den Menschen. Erst die Harmonie des Zusammenspiels dieser drei Wahrnehmungen vermittelt ein authentisches Bild, zeigt die Stimmigkeit unseres Images auf.

Der äußere Eindruck wird durch die Kleiderwahl beeinflusst. So lassen die richtig gewählten Farben der Kleidung eine Person positiv und frisch erscheinen. Die Farben lenken hierbei nicht die Aufmerksamkeit auf sich, sondern fügen sich angemessen in das Gesamtbild ein. Sie untermalen also lediglich die Ausstrahlung, so dass die Person an sich kann wirken.

Des Weiteren ist der passende Kleidungsstil entscheidend für einen harmonischen und kompetenten äußeren Eindruck. Der Stil sollte immer auf die objektiven körperlichen Merkmale sowie auf das Wesen der Person abgestimmt sein, um ein authentisches Erscheinungsbild vermitteln zu können. Denn in dem richtigen Outfit fühlt man sich wohl und nicht falsch oder gar unangemessen gekleidet. Die Qualität der Bekleidung bestimmt diese Wirkung mit. Ein Merkmal für Qualität ist die gute Verarbeitung der Materialien. Qualität hat zwar ihren Preis, der aber durch die Tatsache, dass Material und Form langlebig sind und nicht aus der Mode kommen, wieder aufgewogen wird.

Im Business verbindet idealerweise der klassische Stil all diese Merkmale, doch sind auch Kombinationen möglich. Ist jemand beispielsweise durch den Körperbau oder vom Wesen her für den sportlichen Stil prädestiniert, so lassen sich beide Stile geschickt kombinieren. Das Ergebnis sollte aber ein kompetentes und authentisches Auftreten vermitteln. Ist das Äußere so gewählt ist, dass es keine Distanz widerspiegelt, den anderen gleichermaßen positiv wie kompetent anspricht und man sich selbst genuin gekleidet fühlt, dann hat man die richtige Wahl getroffen.

Der zweite Aspekt des Images ist die Ausstrahlung, unserer inneren Haltung. Sie wird intuitiv wahrgenommen und ist gekennzeichnet durch unsere Identität und Integrität. Identität lässt sich über unsere Glaubwürdigkeit, Eigenständigkeit, Beständigkeit und Intuition bestimmen. Glaubwürdig ist man dann, wenn man seine Überzeugungen lebt und seine eigenen Standpunkte gegenüber anderen auch vertritt. Eigenständigkeit erlangt man hingegen, wenn man das „Für“ und „Wider“ abwägt und - ausgerichtet auf eigene persönliche Ziele - Entscheidungen trifft. Beständigkeit wiederum stellt sich ein, wenn Verlässlichkeit im Spiel ist. Verlässlichkeit bedeutet aber nicht Starrheit. Neue Erkenntnisse, Lebensumstände und Bedingungen gehören zum Leben, denn Leben heißt Veränderung und Weiterentwicklung.

# Image Imaginär

I M A G E B E R A T U N G · T Y P B E R A T U N G · W O H N B E R A T U N G

Wenn wir unsere Wirkungskraft vergrößern wollen, müssen wir unsere Persönlichkeit entfalten. Eine stetige Weiterentwicklung führt zu Beständigkeit und dadurch zu Festigung der Persönlichkeit. Intuition hingegen vermag unsere innere Haltung zu kräftigen. Richten wir nun vermehrt unsere Aufmerksamkeit auf alles, was uns begegnet, stärken wir auf diese Weise unsere emotionale Intelligenz. Dies hilft uns dann, äußere Geschehnisse besser wahrzunehmen sowie den Blick zu schärfen für uns selbst und damit letztlich auch für andere.

Je besser man sich selbst kennt, umso gelassener und klarer wird der Blick nach außen. Achtsamkeit in Bezug auf Zusammenhänge und Details zu entwickeln, bedeutet Stärkung der inneren Haltung. Ist die innere Haltung stimmig, macht sich dies über unsere Ausstrahlung bemerkbar. So kann eine Aura um uns entstehen, die raumfüllend wirkt. Diese Aura ist weder aufdringlich noch Profilhascherei. Sie ist natürlich präsent. Diese Präsenz wird unmittelbar von unserem Gegenüber gesehen, gefühlt und als weiterer erster und starker Eindruck wahrgenommen. Die Integrität der Persönlichkeit kommt letztlich durch ein gesundes Selbstbewusstsein zum Ausdruck.

Der dritte Faktor, der unser Image prägt, ist die ethische Einstellung, die sich über den Umgang mit Menschen unmittelbar widerspiegelt. Freundlichkeit, Offenheit und gute Umgangsformen zeigen deutlich, wie wir zu uns selbst stehen. Diese Komponenten sollten wie eine zweite Haut unserer Persönlichkeit sein. Sich selbst gegenüber eine positive Einstellung zu haben ist dafür Grundvoraussetzung. Innere Freundlichkeit offenbart sich durch ein Lächeln im Gesicht, und dies nehmen die Menschen in unserem Umfeld sofort wahr. Werte wie Respekt, Akzeptanz sowie eine natürliche Bewusstheit der eigenen Wertigkeit haben eine unschlagbare Wirkung. Wer diese Werte für sich selbst lebt, wendet sie auch in Bezug auf andere an.

Menschen dort abzuholen, wo sie im Leben stehen, zeigt Respekt vor der Persönlichkeit des anderen. Zu akzeptieren, dass mehrere Sichtweisen nebeneinander existieren können, spricht für Größe und persönliche Reife. Dies schafft eine Basis des Vertrauens für den Verlauf eines Gesprächs oder eine Beratung. Beratung ist schließlich eine Vertrauensfrage, auch hinsichtlich der zwischenmenschlichen Komponente.

Um die drei Einheiten - das äußere Erscheinungsbild, die innere Haltung und die ethischen Werte - in Einklang zu bringen, bedarf es der Pflege von Körper, Seele und Geist. Wir benötigen - zur rechten Zeit - Ruhe und Entspannung, Aktivität und Austausch mit Menschen. Dies verhilft uns zur Besinnung auf das Wesentliche. Reflektion über unsere Ziele, Erwartungen und Hoffnungen wird möglich. Wir haben so die Möglichkeit, die Umsetzung der Lebensziele zu überprüfen und die individuellen Fähigkeiten hierfür abzuschätzen.

Ich danke Ihnen für Ihr Vertrauen.

Friederike Lehnig