

Joey Kelly motivierte die Kieler richtig



Eine Nacht, sechs Referenten, jede Menge Motivation: Beim Auftakt des Projekts Zukunftsathleten in der Sparkassen-Arena kamen die rund 1000 Besucher kräftig in Wallungen. Die Gastredner verrieten nämlich nicht nur ihre besten Tipps und Tricks für die berufliche und persönliche Weiterbildung.

Kiel | Die sechs geladenen erfolgreichsten Motivationsexperten Deutschlands – darunter auch Extremsportler Joey Kelly – waren begeistert vom Publikum in Kiel. Denn das machte gleich von Anfang an perfekt mit.

Da wurden "Power-Posen" mit erhobenen Armen und stolzgeschwellter Brust eingenommen, da wurde der Nachbar geherzt, die Hinterfrau mit Komplimenten überschüttet und anhand eines Tischtennisballes ausprobiert, wie sehr Angst hemmen kann. Sich und andere zu motivieren, kann eigentlich ganz einfach sein.

Katja Porsch: Mit 25 den ersten Porsche, mit 31 pleite

Die internationale Verkaufsexpertin Katja Porsch erzählte, wie sie mit 25 ihren ersten Porsche fuhr und mit 31 pleite war und sagte, dass „Mist zum Erfolg dazugehört“. Den Großteil unseres Lebens würde allerdings auf Autopilot gestellt sein. „Die stärkste Emotion, die Angst, führt uns durchs Leben“, so Porsch. Sie Sorge dafür, dass Schmerz vermieden werde. „Was Ihr braucht, ist Mut!“, rief sie ins Publikum. „Fragt Euch: Was würde ich tun, wenn ich keine Angst hätte? Und dann legt los!“

Matthias Herzog: „Angst ist unsere größte Blockade.“

Voller Versagensängste war auch einst Karrierecoach Matthias Herzog, der die Zukunftsathleten in Zusammenarbeit mit Förde Sparkasse und Kieler Nachrichten auf die Beine gestellt hat. „Angst ist unsere größte Blockade“, sagte er.

Drei Strategien hätten Herzog geholfen, dieses Gefühl zu überwinden. „Erstens: Tue das, wovor Du am meisten Angst hast. Zweitens: Führe positive Selbstgespräche. Drittens: LMAA.“ Letzteres stehe übrigens für: Lächle mehr als andere. Nur, falls jemand gerade an etwas ganz anderes gedacht hat.

Yvonne Schönau: „Verteilt Komplimente wie Wasser!“

Mit dem Thema Empathie, „der Währung des 21. Jahrhunderts“, hat sie Yvonne Schönau beschäftigt. Die Trainierin für emotionale Intelligenz ermunterte dazu, Beziehungen zu stärken. „Das geht am besten damit, anderen Komplimente zu machen“, sagte sie und rief dazu auf den Nebenmann mal kräftig „über den grünen Klee zu lobhudeln“. Ihr Rat: „Verteilt Komplimente wie Wasser!“

Joey Kelly liebt sportliche Herausforderungen

Der Höhepunkt des über vierstündigen Abends war der Auftritt von Extremsportler Joey Kelly, der das Publikum in der Sparkassen-Arena zum Staunen brachte. Der 46-Jährige plauderte nicht nur von seiner Zeit mit der „Kelly Family“, sondern vor allem von seinen sportlichen Herausforderungen.

Badwater Run: Einer der härtesten Ultramarathons weltweit

Kelly hat unzählige Marathonläufe absolviert. Er nahm am Ultraman Hawaii (10 km Schwimmen, 421 km Rad, 84 km Lauf in drei Tagen) teil, gehörte mit Moderator Markus Lanz zum deutschen Team beim Wettlauf zum Südpol, schaffte den Badwater Run, einen der härtesten Ultramarathons weltweit, und durchquerte ohne eigenes Geld die USA. 5000 Kilometer von Los Angeles nach New York. „Der erste Schritt ist der härteste“, sagte er in Kiel. Und: „Hunger ist Hysterie des Körpers. Wir alle haben eine enorme Kraft in unserem Körper. Wir müssen sie nur nutzen.“

Zukunftsathleten: Drei Events sind noch geplant

Wer die Zukunftsathleten am Dienstag verpasst hat: Drei Termine (6. Juni, 5. September und 22. November) zu weiteren Themen gibt es noch. Beim November-Event sind zehn Redner eingeladen, darunter Tobias Beck, Hermann Scherer und Dieter Lange. Zudem wird diese Veranstaltung von einem Karriere-Event begleitet, auf der sich rund 50 Firmen präsentieren werden.

Quelle: <http://www.kn-online.de/Kiel/Beim-Projekt-Zukunftsathleten-motivierte-Joey-Kelly-die-Kieler-richtig>

Von Kristiane Backheuer, Foto Frank Peter