



SYLVIA LÖHKEN

Intros und Extros

Wie sie miteinander umgehen und voneinander profitieren

360 Seiten, gebunden

E-Book inside

ISBN: 978-3-86936-549-7

€ 24,90 (D) | € 25,60 (A)

GABAL Verlag, Offenbach 2014

Introversion und „leise Menschen“ – seit Erscheinen des *Bestsellers Leise Menschen – starke Wirkung* von Dr. Sylvia Löhken gehört die Welt nun nicht mehr nur den Lauten und Extrovertierten, die besonders gut „trommeln“ können. Jetzt geht die Autorin den nächsten Schritt und stellt die Frage: Wie können intro- und extrovertierte Menschen so zusammenleben und arbeiten, dass es für beide Persönlichkeitstypen passend und nutzbringend ist? Die Antworten darauf sind noch weitgehend unerschlossen. Ihnen widmet sich die Kommunikationsexpertin in ihrem neuen Titel *Intros und Extros. Wie sie miteinander umgehen und voneinander profitieren*.

Der erste Teil des Buches öffnet den Blick für die Unterschiede, Stärken, Prioritäten und die Bedürfnisse intro- und extrovertierter Menschen – und macht verständlich, was es bedeutet, als Zentro in der Mitte zu liegen.

Intros, Extros und Zentros nebeneinander in ihren Stärken, Neigungen und auch Hürden im Umgang miteinander zu betrachten – das ist nicht nur fair, sondern ein Gebot der Realität. Wir Menschen leben nicht in Intro- und Extro-Kapseln. Wir leben in gemischten Teams: in Partnerschaft und Familie, mit Freunden und Kollegen, mit Chef und Mitarbeitern.

Der zweite Teil zeigt deutlich, was die Unterschiede im täglichen Leben bedeuten, und wie Intros und Extros mit sich selbst und anderen umgehen können – von Sport und Lernen über Kommunikation für Führungskräfte bis zum Verkauf und zur Statuskommunikation.

Intros und Extros zeigt vor allem eines: Wie durch Anderssein Wachstum entsteht. Wie Menschen mit sehr unterschiedlichen Fähigkeiten, Neigungen und Eigenschaften zusammenwirken und voneinander profitieren können. Praxisbeispiele und instruktive Lösungen führen zu mehr Verständnis, Toleranz und Wertschätzung gegenüber „leisen“ und „nicht so leisen“ Menschen in der Selbst- wie in der Fremdwahrnehmung.

Der Zusatz „E-Book inside“ ermöglicht dem Leser, sich auf Wunsch das E-Book kostenfrei herunterzuladen.

Dr. Sylvia Löhken ist Expertin für persönlichkeitsbasierte Kommunikation. In ihren Vorträgen, Coachings und Workshops zeigt sie, welche Stärken verschiedene Persönlichkeitstypen bei der Verwirklichung ihrer beruflichen und privaten Ziele nutzen können. Sie versteht es dabei, wissenschaftliche Erkenntnisse und komplexes Know-how in einfache Worte und gut umsetzbare Strategien zu übersetzen. Sie schreibt und publiziert regelmäßig über ihr Wissensgebiet. Ihr Buch *Leise Menschen – starke Wirkung* wurde mit rund 150.000 verkauften Exemplaren zum Bestseller und wurde in zwölf Sprachen übersetzt.