

Sonne, Wolken, Sand und Meer – und ein unverhofftes Fotoshooting auf der schönen Insel Sylt

(von Anne Sölter)



Der Wind bläst kräftig aus Nordwest an diesem Herbsttag und ich ahne schon, dass heute auf der Insel wieder das bewährte Zwiebelprinzip die Kleidungsfrage bestimmen wird. Immerhin haben sich zum Glück die Regenwolken verzogen, die der Wind heute Morgen noch im Schlepptau hatte. Jetzt blinzelt sogar schon die Sonne durch die Wolken und ab und zu zeigt der Himmel ein freundliches hellblaues Lächeln, das sich verschmitzt in den Parkplatz-Pfützen spiegelt.

Tief vergrabe ich meine Hände in den Jackentaschen und stapfe über die leere Weite des Parkplatzes, vorbei an würzig duftenden, mit Strandhafer bewachsenen Dünen. Meine Kamera baumelt locker um meinen Hals und wartet auf ihren Einsatz – sie muss nie lange warten auf der Insel!

Klappholttal – obschon bei meinen zahlreichen Inseltouren oft vernommen, habe ich es mir bisher noch nie bewusst angeschaut – das bekannte Seminarzentrum. Wie ein kleines Dörflein ist es hier in den Sand getupft. Winzige Holz- und Backsteinhäuschen schmiegen sich an die hohen Dünen, einige Mutige von ihnen thronen auch vorwiegend auf den Dünenspitzen und recken ihre Dächer etwas höher hinaus in den Wind. Die Häuschen tragen allesamt den verblassten Charme der 50er Jahre auf ihren Gesichtern. Sehr liebenswert, sehr basic, sehr retro.

Einen Moment nehme ich mir noch, um die Nase in die frische Nordseeluft zu halten, tief einzuatmen und zu lauschen, auf das etwas entfernte Rauschen der Wellen, auf das verspielte Gezänk der Möwen, die sich aufgeregt um ihre Nachmittagsmahlzeit kümmern. Und von weit oben am Himmel kann man das monotone, sich entfernende Motorengeräusch eines einmotorigen Flugzeugs vernehmen. Die frische Luft kitzelt meine Nase. Ich liebe diesen Duft der Insel, diese Mischung aus Sand, Strandhafer, Heckenrosen, Heide und salzigem Meer.

Neugierig und suchend schaue ich mich um.

Hier bin ich heute verabredet. Und ich freue mich und bin jetzt ein kleines bisschen aufgeregt. Ich treffe Jenison Thomkins. Wir haben uns seit 5 Jahren nicht mehr gesehen und mir klingt noch ihre letzte Frage von damals in den Ohren „Anne, wenn du jetzt mal in dich gehst – wo und wie siehst du dich selbst in 5 Jahren? Wer ist bei dir, wie lebst du? “.

Ehrlich Jenison, ich habe mich damals nicht mit dir auf Sylt bei einem Fotoshooting gesehen 😊...

Nun zur Person Jenison Thomkins: Wenn man nach ihr „googled“, erfährt man unter anderem folgendes

- NLP-Lehrtrainerin, DVNLP seit 2005, Lehrcoach seit 2013
- gelisteter Gründercoach, KFW und BPW, seit 2005
- Regelmäßige Fortbildungen in NLP, Psychologie und angrenzenden Schulen

und natürlich alles über Ihr Coaching und Ausbildungsangebot, wie zum Beispiel

- Coaching in eigenem Institut mit kreativer Atmosphäre
- Ausbildungen zum NLP-Practitioner, Master-Ausbildungen und Cochausbildungen
- Vielseitiges Vortrags- und Workshop-Programm zu Themen der Persönlichkeitsentwicklung und emotionalen Kompetenz
- Akquise- und Marketing-Coaching „Blue Ocean Strategy“
- Coaching by walking
- Team-Coaching und Supervision
- Paarcoaching

Man erfährt außerdem, welche Ehrenämter Jenison ausübt und der/die beeindruckte Leser/in hat nach der Lektüre einen umfassenden Gesamteindruck über Ausbildung, Vorlieben, Kenntnisse und den bunten Familienhintergrund. All das ist kein Geheimnis und gut zu recherchieren.

Ich selbst habe Jenison vor 5 Jahren kennengelernt, nachdem ich mir in einer schwierigen Lebenskrise ein Coaching bei ihr verordnet hatte. Damals ahnte ich noch nicht, dass dieses Coaching eine Initialzündung sein würde. Rückblickend weiß ich, dass ich dabei und danach den berühmten Hebel umgelegt habe und begann, meinem Denken und Handeln eine neue Richtung zu geben... schließlich machte ich mich selbst auf den Weg zahlreicher Aus- und Fortbildungen im Bereich Persönlichkeitsentwicklung und NLP. Eine großartige Erfahrung, die mein Leben komplett verändert hat.

Heute will ich aber Jenison hier auf meiner Lieblingsinsel einfach nur fotografieren. Über ihre Qualifikationen und berufliche Laufbahn ist schon so viel geschrieben worden. Es gibt eine Website (www.nlp-atelier.de), Jenison tritt auf nahezu allen Social Media Kanälen auf und sie ist natürlich in der NLP Trainer- und Coaching Szene eine bekannte und engagierte Persönlichkeit.

Ich bin noch ein wenig in Gedanken versunken und freue mich auf die nächsten Stunden. Vielleicht gelingt es mir, mit Hilfe meines geliebten Fotoapparates ein ganz eigenes Bild von Jenison zu zeichnen. Ich möchte sowohl die sprühende, lebendige, lebensfrohe Frau abbilden, die ihre Arbeit als Trainerin und Coach liebt und ganz darin aufgeht, als auch ihre nachdenkliche und verletzte Seite zeigen. Da ist so viel Weiblichkeit. Die möchte ich rüberbringen. Und so hoffe ich auf einen

köstlich amüsanten Fotostrandspaziergang mit allen Sinnen. Ich werde Fragen stellen. Teilweise eben auch mal etwas schräge Fragen.

Und dann steht sie vor mir, wie immer perfekt, farbenfroh, weiblich und fantasievoll gestylt, mit einem strahlenden Lächeln im Gesicht. Inzwischen strahlt auch die Sonne mit uns um die Wette und hat auch noch die letzten Regenwolken vertrieben. Wir brauchen jetzt sogar eine Sonnenbrille. Typisch Sylt.



Jenison Thomkins

Jenison zeigt mir zunächst das Gelände im Seminarort und gewährt mir auch einen Blick in eines der Häuser. Wir tunen uns wieder ein bisschen miteinander ein – aber ganz schnell sind wir munter im Gespräch und haben unseren Spaß dabei. Schon sind wir plaudernd auf dem Weg zum Strand:

Anne: Jenison, was fasziniert und begeistert dich an anderen Menschen, wovon hättest du gerne selbst etwas mehr?

Jenison: Tja, wenn ich da so an meine 4D Typologie) denke, dann ist das eindeutig der „aggressive Einschüchterer“. Dabei darf man sich nicht von dieser Bezeichnung abschrecken lassen. Ich hätte in manchen Situationen einfach gern mehr von dessen Eigenschaften. Dieser Typ Mensch ist selbstbewusst, klar, organisiert und strukturiert. Er weiß, was er will und übernimmt Verantwortung. Er ist pünktlich und zuverlässig und man kann sich absolut auf ihn verlassen. Einige dieser Eigenschaften habe ich tatsächlich auch, aber ich bin kreativer, impulsiver und spontaner. Das schätzen die „aggressiven Einschüchterer“ wiederum an mir. Wenn ich so darüber nachdenke, dann habe ich in der Tat vor allem diese Menschen in meinem Umkreis. Ich finde es einfach wertvoll, Zeit mit Ihnen zu verbringen. Das sagt ja schon viel darüber aus, was ich an anderen Menschen schätze und ein Stückweit selbst gerne hätte...(schmunzelt) – Du hast übrigens auch einige dieser Eigenschaften, Anne...*

Anne: Ja, da hast du wohl recht. Es ist spannend, zu beobachten, mit welchen Menschen man sich am liebsten umgibt, von wem man sich inspiriert fühlt und in wessen Gesellschaft man diesen wunderbaren Flow erfährt, bei dem die Bälle mit herrlicher Leichtigkeit aufeinander zufliegen,.. Jenison, wir alle befinden uns ja gerade in einer etwas seltsamen und herausfordernden Situation

durch den langen Lockdown und die Pandemie. Gerade im Bereich Coaching und in der Seminarwelt ist zu beobachten, dass da eine Menge in Bewegung gekommen ist. Viele kreative neue Ansätze. Die Online-Seminar-Welt erlebt nachgerade einen „boost“... Wie hat sich denn bei dir und deiner Arbeit die Pandemie ausgewirkt, was hat sie Positives hervorgebracht? Wie und in welche Richtung ging deine Reise weiter?

Jenison: Als das im letzten Jahr anfang mit der ersten Welle, habe ich mir direkt gesagt „die Chance kommt nie wieder“, denn schon länger hatte ich mit einer Online Trainer Ausbildung geliebäugelt. Ich habe mich dann direkt an meine sehr geschätzte Kollegin Zamyat M. Klein gewandt. Zamyat arbeitet sehr kreativ mit suggestopädischer, lebendiger und ganzheitlicher Methode. – Bedeutet: Lernen mit allen Sinnen. Sie konnte dann tatsächlich noch einen Kurs dazwischenschieben und so haben wir dann mit einer netten Gruppe zu fünf diesen Kurs gemacht. Das hat direkt zu einer explosionsartigen Produktion von Powerpoints und von Materialien wie Lernstraßen- und Reisen, Fantasiereisen und Trancen usw. geführt. Nach dem Kurs habe ich dann meine Co-Operationspartner und Auftraggeber direkt angesprochen und gefragt, ob ich die Kurse online machen kann. Manche Stadtverwaltungen waren zunächst skeptisch und ablehnend. Aber im Herbst 2020 ging es dann sehr wohl. Man hat gemerkt, dass sich da in den Köpfen einiges bewegt hatte. Tatsächlich habe ich alles Mögliche online gemacht. Als es wieder ging, natürlich auch wieder sehr gerne in Präsenz. Die Online Kurse sind eine wirklich gute Alternative. Ich habe meinen Weg damit gefunden. Auch das Feedback der Teilnehmer war entsprechend positiv. Es bietet eben einfach auch viele Vorteile.

Anne: Hast du auch ganz persönlich für dich Vorteile aus dieser Zeit gewinnen können?

Jenison: Ja – erstmal die Entwicklung dieser neuen Möglichkeiten. Ich arbeite sehr gerne kreativ mit Power Point Folien. Damit kreierte ich kleine Filme und schreibe mit. Die Teilnehmer verfolgen das; es ist somit keine starre Folienabfolge, die ich da durchrattere, sondern wir arbeiten interaktiv. Das macht mir sehr viel Spaß und bringt den Vorteil, dass ich meine Teilnehmer gefühlt noch viel intensiver fortbilden kann, da sie gleichzeitig ihre eigenen Gedanken zum Thema im Chat mitteilen können. Dadurch kommt es zu einem Austausch, der sonst im Seminarraum in dieser Form nicht zustande käme. Jeder Teilnehmer hat das Gefühl „in der ersten Reihe“ zu sitzen. Ich selbst kann im Chat beispielsweise erklären, welche Formate ich gerade durchführe. Ich kann darauf hinweisen, dass ich jetzt von einem Format ins andere wechsele, weil die Thematik sich gerade gewandelt hat und ich kann währenddessen für meinen Coachee in der Power Point Ziele notieren und diese auch noch in der Reihenfolge austauschen. Das alles sind Möglichkeiten, die sich in der Präsenz-Seminar-Praxis so einfach gar nicht ergäben. Mich haben diese neuen Möglichkeiten total beflügelt. Konkret haben sie mir auch viele neue Kunden und interessante Aufträge gebracht.



Gemeinsam genießen wir die Natur um uns herum, den Wind, die Sonne, die Wellen, die salzige Luft. Ab und zu lassen wir uns einfach in den Sand fallen, halten die Nasen in den Wind und diskutieren lustig weiter über Gott und die Welt....

Anne: Was die Online Arbeit betrifft, da kann ich dir aus vollem Herzen zustimmen. Als Teilnehmerin in gut aufgebauten Online Seminaren fühlte ich mich bisher auch tatsächlich immer sehr gut abgeholt. Es entsteht dabei eine durchaus intensive und direkte Kommunikation. Natürlich gibt es auch viele logistische Vorteile. Ich gebe selbst auch mit Erfolg Online Meditationskurse, obwohl ich anfangs dachte, das sei nicht möglich...

Hast du eigentlich momentan ein Herzensprojekt laufen, Jenison? Etwas, was dir ganz besonderen Spaß macht und dich auf ganz magische Weise inspiriert und antreibt?

Jenison: Ich beschäftige mich endlich mal wieder mit dem Thema Marketing, das mir vorkommt wie ein Tamagotchi, man muss es dauernd füttern und fragt sich, ob es am Ende eigentlich auch irgendwann mal satt wird. (schmunzelt) Vermutlich nicht. Aber mir macht das Produzieren sehr viel Spaß, vor allem selbst Musik machen, Trancen aufnehmen und selbst gestalterisch zu sein, eigene Texte zu schreiben. Das ist einfach toll.

Ausserdem bin ich jetzt dabei, mein geballtes Wissen über die Energiemuster, also die 4D-Typologie*), die ich entwickelt habe und über die ich ja auch 2014 ein Buch geschrieben habe, in einen Onlinekurs zu transportieren. Ich habe diese Theorie über die Energiemuster viele Jahre lang in Kursen und Seminaren und bei meiner Arbeit mit Menschen erforscht. Gerne würde ich dieses Thema mal wieder priorisieren, aus dem theoretischen „Schattendasein“ befreien und in ein spannendes Format für einen Online Kurs bringen. Auch in diesem Kontext ist intensives Marketing wieder wichtig. Da ist es wieder, das Tamagotchi.

Anne: Interessant finde ich persönlich auch das Netzwerk „Femme total e.V.“, dass du meines Wissens nach gegründet hast. Kannst du mal ein bisschen darüber erzählen? Worum geht es in diesem Netzwerk und wie kam es zu der Gründung?

Jenison: Als ich mich 1999 selbstständig gemacht habe, da hätte ich mir gewünscht, dass es da mehr Inspiration und Anregungen gibt. Frauen, die schon weiter sind, die spannende Sachen machen und auf ihrem Weg sich gegenseitig unterstützen. Vor allem wollte ich es gerne auf fröhliche Art und Weise haben, nicht so verklemmt. Damals gab es schon diese typischen Netzwerktreffen, wo man sich mit dem Prosecco Glas in der Hand auf hohen Pumps einander annäherte „in welcher Branche sind Sie denn?“... und wo dann die Vernetzungen im Anschluss aber gar nicht klappte, weil sie nicht

angeleitet wurde. Da habe ich mir als Trainerin gedacht: „sowas muss ich mal in die Hand nehmen.“ Von allein gehen die Frauen nicht aufeinander zu und nehmen sich an die Hand und stellen sich Fragen. Der Aufbau war dann 3 Jahre lang sozusagen ein Fulltime-Job. Mit unendlich vielen Gesprächen, mit langen Telefonlisten. Für jede einzelne Frau habe ich Gründe gesucht und gefunden, warum es sich für sie lohnt, dabei zu sein. Mittlerweile ist das Netzwerk mit 21 Jahren erwachsen und läuft nach wie vor super. Inzwischen habe ich viele Frauen gefunden, die es mitgestalten. Wir machen einmal im Jahr die „Ladies Lounge“ – eine große Messe von Frauen für Frauen. Wir machen auch einmal im Monat das „Femme together“ – da stellt sich jede vor, so 2-3 Minuten. Wir machen sogenannte „Clubs“, da kann jedes Mitglied selbst was reinbringen und ihre eigene Nische besetzen. Wir haben einen Weihnachtsschmaus und Neujahrsempfänge und vieles mehr. Spaß kommt nicht zu kurz. Und, ja – Selbstständigkeit ist zwar nicht zwingend, aber es sind eine ganze Menge selbstständige Frauen dabei, und die brauchen natürlich immer Foren, in denen sie sich auch vorstellen können. Wenn sich daraus etwas entwickelt und die Vernetzung untereinander klappt, das ist dann genau das Ziel von „Femme total e.V.“.

Anne: Das hört sich wirklich interessant an. Um jetzt aber mal aus dem beruflichen Kontext ausubrechen, (falls das überhaupt möglich ist) habe ich hier ein paar kurze knackige Fragen aus dem Leben – bist du bereit?

Jenison, gibt es ein Buch oder einen Film, von dem du sagen würdest: „...hat mein Leben und meinen eigenen Weg entscheidend beeinflusst“?

Jenison: Als ich damals anfang mit dem Thema Persönlichkeitsentwicklung, las ich das Buch „Mary“. Ein Buch über ein Geistwesen. Mary versucht, als normaler Mensch zu leben, kann jedoch nichts ernst nehmen von dem, was auf der Welt geschieht. Das Buch fand ich sehr schön und inspirierend. Es hat mir völlig neue Perspektiven vermittelt.

Anne: Wenn du selbst bei einem Lebensthema nicht weiterkommst, lässt du dich dann coachen, gehst du mit deinem Thema zu einer Freundin, oder was machst du dann?

Jenison: Beides. Ich suche mir Hilfe an jeder Ecke. NLP Formate, aber auch Aufstellungsarbeit, Arbeit mit Glaubenssätzen, Trancen, das ganze Repertoire. Durchaus auch gute Gespräche mit Freundinnen, wobei es mir dabei wichtig ist, dass Sie mir keine Ratschläge erteilen, sondern mir einfach zuhören und sich liebevoll um mich kümmern.



Anne: Welche Eigenschaft anderer Menschen macht dich WAHNSINNIG?

Jenison: Was mich wahnsinnig macht, sind Menschen, die an einem dranhängen und sich naiv anstellen, um immer wieder Unterstützung zu bekommen. Und Menschen, die unverblümt Raum einnehmen und andere zwangsbeglücken mit ihrem Redeschwall und ihren Ansichten.

Anne: Stell dir mal einen perfekten Sonntag vor, wie sieht er aus?

Jenison: An einem perfekten Sonntag scheint die Sonne. Es gibt ein wunderbares Frühstück. Mein Mann und ich sind gut gelaunt, lustig und unternehmen etwas Aktives. Die Kinder kommen am späten Nachmittag. Die ganze Familie ist zusammen und wir kochen was Leckeres. Am Abend gibt es eine schöne französische Komödie bei einem Glas Weißwein mit Eis und Zitrone und wir halten Händchen auf dem Sofa oder wir tanzen zu einer (Zoom) Tanzparty :-)

Anne: Was tust du regelmäßig, obwohl du es überhaupt nicht leiden kannst?

Jenison: Ich stecke oft viel Zeit und Mühe in Dinge, die andere gar nicht wahrnehmen oder nicht wertschätzen. Oft bleibe ich auch zu lange am Computer sitzen. Obwohl draußen die Sonne scheint, mache ich dann nicht den Sport oder die Bewegung, die gut für mich wäre. Und wenn ich dann endlich den PC runterfahre, ist es draußen wieder trübe oder dunkel.

Anne: Wann und worüber hast du das letzte Mal Tränen gelacht?

Jenison: Das passiert regelmäßig in meinen Bildungsurlauben, wenn ich im Coaching den provokativen Stil anwenden darf. 😂 Herrlich ist das, besonders wenn man überraschend in diesen Stil hineinwechselt, das löst immer so viel Spannung und es wird fast immer herzlich gelacht.



Anne: Womit kann man deine Laune schlagartig verbessern?

Jenison: Musik! Musik! Musik! ... aber auch mit einem interessanten Coaching oder Trainingsauftrag.

Anne: Welches Kompliment ist dir in besonderer Erinnerung geblieben?

Jenison: Dass ich so liebevoll und geduldig bin und für jeden einzelnen Teilnehmer ein eigenes Konzept habe und auf jeden individuell eingehe.

Anne: Welches „Laster“ hast du, von dem du nicht ablassen kannst?

Jenison: Das Weinchen am Abend, obwohl mein Mann sagt, das sei wirklich nicht arg, weil ich es ja auch als Schorle und mit Eis noch verdünnt trinke.

Anne: Für eine Woche darfst du dir bei einer guten Fee eine Superkraft aussuchen, welche wählst du?

Jenison: Disziplin, um die Dinge strukturierter anzugehen

Anne: Du darfst dir von sämtlichen lebenden Menschen 3 zum Abendessen einladen und sie würden sicher kommen. Wen lädst du ein?

Jenison: Byron Katie, Paola Molinari und meinen kleinen Enkel!

Anne: Wie und womit machst du dich selbst glücklich und bringst dich in eine gute Energie?

Jenison: Musik hören und selbst musizieren, Tanzen, in der Sonne spazieren



Anne: Kannst du dich an den stolzesten Moment der letzten 12 Monate erinnern?

Jenison: Klar, daran erinnere ich mich sofort: Das war, als nach einem Seminar alle 16 Teilnehmer mich mit sehr gut bewertet haben!

Anne: Jenison, stell dir ein langes und erfülltes Leben vor, und in deiner Vorstellung ist der Tag deines 90ten Geburtstages. Wie wirst du am allerliebsten diesen 90.ten Geburtstag feiern?

Jenison: Inmitten meiner Freundinnen, die hoffentlich auch alle noch leben. Mit einer Kuchenschlacht und Prosecco. Mit meinem Mann, meinen Söhnen, Schwiegertöchtern, meinen Enkeln und Urenkeln ... mit Musik und Tanz – wir alle haben herrlich gute Laune und Spaß.

Und da sind wir nun nach zweieinhalb Stunden auch am Ende unserer Strandwanderung. Mit roten Wangen, zerzausten Haaren, knurrenden Mägen und durstigen Kehlen landen wir auf einer noch halbwegs sonnigen Terrasse und lassen uns schmecken, was die Inselküche hier heute zu bieten hat. Schön war`s, und wir könnten noch stundenlang weiter erzählen. Doch nun geht schon langsam die Sonne unter und verabschiedet sich freigeibig mit einem grandiosen Farbenrausch.



Fotos und Reportage: © Anne Sölter
(Lichtmeile54 anne.S.photos)

**) Jenison Thomkins /Buch “Mauerblümchen oder Rampensau? Mich selbst erkennen, andere verstehen.
Berufliche und private Beziehungen im Spiegel der 4 Energiemuster“*