

"Unsere Zeit braucht eigenständige, selbst-wirksame Menschen mit Mut und großer Kooperationsbereitschaft für die spannenden Aufgaben, die es zu lösen gibt."



Querfeldein

Christine Edenstrasser

KOLUMNE

Christine Edenstrasser ist – nach erfolgreichen Führungserfahrungen als Markenmanagerin in einem international tätigen Unternehmen – als Wirtschaftscoach & Führungskräfte Trainerin tätig. Sie coacht Klienten aus Österreich, Deutschland und der Schweiz.

www.christineedenstrasser.com

Denken hilft. Querdenken mehr.

Das Berufsleben hat durch den technischen Fortschritt neue Dimensionen erreicht: Komplexität, Schnelligkeit und Veränderungen fordern neue Fähigkeiten von uns Menschen. Viele von uns empfinden zunehmend eine große Anstrengung. Immer öfter fehlt es an Leichtigkeit. Während die Mittel sich perfektionieren, verlieren wir Menschen an Kraft.

Nach dem technischen Fortschritt braucht es jetzt einen menschlichen Fortschritt.

Das chronisch negative Denken, welches sich von einem Problem zum nächsten hantelt, bringt uns nicht die Kraft. Dieses „alte“ Denken möchte Sicherheit, Kontrolle und Perfektion. Unseren fleißigen Vorfahren hat es genützt, um die Realität zu erschaffen, in der wir heute leben dürfen. Wir aber müssen „neu“ denken lernen, um unsere Realität weiterzuentwickeln. Mit notorischem Jammern, Besserwisserei und Perfektionismus vergiften wir uns selbst und unsere Mitmenschen. Dieses Denken führt Menschen in den Stillstand. Sie werden zu Experten ihrer Probleme, im schlimmsten Fall enden sie in einer Art "Depression im Schlaraffenland". Ich stelle da die Resignations-Diagnose.

Die Weltgesundheitsorganisation zählt jedes Jahr über eine Million Menschen, die Selbstmord begehen. Das sind mehr Todesfälle als die Zahl der Menschen, die in sämtlichen Kriegen weltweit pro Jahr sterben müssen. Die höchsten Selbstmordraten weisen dabei nicht etwa die ärmsten Länder auf, nein im Gegenteil: Die meisten Menschen scheiden in reichen Ländern mit viel Wohlstand freiwillig aus dem Leben.

Deshalb brauchen wir neue Denkmuster. Querdenkmuster.

Es nützt nichts den inneren, negativen Dialog auszuschalten, sondern ihn wesentlich zu verbessern. „Schauen wir uns Ihre Bremsklötze im Kopf an?“, ist eine meiner Fragen in der Beratung. Hinter jeder Denkblockade liegt nämlich durchaus Potenzial. Ein Beispiel: Wer sich selbst und andere mit Angstmacherei und Katastrophen-Denken stört, hat im Hintergrund die Fähigkeit zu großem Mut, ist neugierig und möchte ernsthaft etwas zum Positiven verändern. Menschlicher Fortschritt heißt im

ersten Schritt, dass jeder mit sich selbst beginnt: Seinem Wesen auf die Spur zu kommen, sich selbst zu vermessen und sich viel besser kennenzulernen – zu probieren und zu erfahren, was für ihn „ganz genau genug“ ist. Nicht zu wenig. Nicht zu viel. Sondern einfach genug. Wer das weiß, kann als gestandener Erwachsener wirken. Im zweiten Schritt geht es darum mit anderen Menschen in guter Kooperation und Mitmenschlichkeit zu sein. Ohne die eigene Fährte wieder zu verlieren. Denn genau das macht uns zutiefst menschlich – das Wunder der Individualität, des Mitfühlens und der Freiheit. Das was unsere smarten Assistenten nicht können.

Es gibt Fragen, die genau diese erwachsene Haltung und ein eigenständiges, reifes Denken stärken.

Warum-Fragen führen ins Problem. Wie-Fragen führen in die Lösung. Wer sich lösungsorientierte Fragen stellt, richtet innerlich alles auf das Potenzial, auf Ideen, auf Aktivität aus. Diesen Fragen wohnt im weitesten Sinne Pioniergeist inne. Was haben wir heute, und was könnte es morgen Spannendes geben? Die Lust, Spannendes zu machen und auch etwas zu Wagen, ist eine große Kraft, die uns führt und zu Entfaltung drängt. Für mich ist diese Art des Denkens ein kostengünstiges „Anti-Aging-Programm“. Wer chronisch negativ denkt, keine Zeit für Wertschätzung und Freude hat, vermittelt das auch in seinem Gesicht und seinen Handlungen. Unser Gehirn ist lebenslang lernfähig. Je mehr wir es positiv benutzen, desto fitter ist es. Wir können jung denken, wenn wir **h**iffen, neugierig und vertrauensvoll sind.

Unsere Zeit braucht eigenständige Menschen mit Mut und Kooperationsbereitschaft für die spannenden Aufgaben, die es zu lösen gibt. Was daher all unserem Tun innewohnen sollte, ist ein Quäntchen QUER-Denken, weil es wie das Salz in der Suppe unerlässlich ist für den guten Geschmack. Diese erwachsene Haltung und die Kraft zum QUER-Denken muss man aber trainieren, so wie Muskeln beim Sport. Viel Freude bei den „mental sit-ups“.