

Leseprobe:

Gewinner oder Verlierer? Du hast die Wahl

Autoren: Roland Güthoff, Dr.h.c. Mike Gromberg

Fotos: Thomas Götz, Düsseldorf

Juli 2016

Paperback, Format 14,8 x 21,0 cm, 152 Seiten

ISBN: 978-3-945725-70-2

€ 9,95

www.verlag-epv.de



Gewinner gehen die Extrameile, Verlierer bleiben in der Komfortzone

Mike Gromberg:

Jawohl, du kannst in der Tat dank Lotto ohne Ausbildung, Fortbildung oder hohen finanziellen Einsatz über Nacht Millionär werden. Die Chance auf sechs Richtige plus Superzahl liegt bei 1:140.000.000. Klasse. Natürlich trauen wir alle keiner Statistik, die wir nicht selbst gefälscht haben, dennoch ist die Feststellung durchaus seriös, dass zum Beispiel dein Todesrisiko durch eine herunterfallende Kokosnuss (immerhin einhundertfünfzig Fälle im Jahr*) oder einen Hai (2014 gab es zweiundsiebzig registrierte Haiattacken weltweit, davon waren nur drei tödlich*) deutlich größer ist. „Größer“ ist dabei durchaus ironisch gemeint, denn auch hier liegt zum Beispiel im Fall „Kokosnuss“ die Wahrscheinlichkeit bei lediglich 1:7.900.000. Immerhin.

Langfristige Gewinner aus meinem Umfeld haben sich dagegen ihren Erfolg, egal ob persönlich oder monetär, über einen längeren Zeitraum X erkämpft und/oder erarbeitet. Es kam nichts vom Himmel gefallen, auch kein Lottogewinn. Im Gegenteil, ALLE mussten die berühmte Extrameile gehen. Sie arbeiteten jeden Tag eine Stunde länger als andere, sie schnitten noch eine Runde extra an den Heckenrosen, sie liefen eine Extrarunde, um wirklich fit für den Marathonlauf zu sein. Überstunden, Zusatzseminar, weitere Fachbücher, Ernährungsplanung, die Liste an Extras ist beliebig lang. Alles extra, extra und noch einmal extra.

Der als Sportler unbestrittene Torhüter Oliver Kahn ging beispielsweise in seiner gesamten Sportlerkarriere mit Bravour die Extrameile. Als Jungtalent stand er bereits im strömenden Regen auf dem überfluteten Fußballplatz und übte mit seinem Vater das Abfangen von Flankenläufen**. Zu dieser Zeit waren die Mannschaftskameraden schon lange unter der Dusche oder daheim. Und nur Oliver Kahn wurde später Profi.

In Seminaren, Vorträgen und Fachdiskussionen haben wir übrigens direkt drei Lieblingswörter, die ich dir nun nennen und vorstellen möchte, denn sie werden in diesem Buch immer wieder vorkommen und ihre wunderbare Funktion der erhellenden Provokation erfüllen:

1. Die besagte Extrameile
2. Der persönliche genetische Code
3. Die persönliche Komfortzone

Genau, der persönliche genetische Code. Die Natur schafft es in sensationeller Kreativität, permanent Individuen zu erschaffen. Kein Mensch ist schließlich wie der andere, selbst Zwillinge unterscheiden sich durchaus deutlich, in ihrem Wesen, in ihrer Denkstruktur und Intelligenz. Jeder von uns hat seine Eigenheiten, Stärken und Schwächen. In der Betrachtung zwischen Gewinnern und Verlierern erkennen wir schnell, dass Gewinner ihr Leben gerne nach ihren Stärken ausrichten, während sich Verlierer dagegen aus verschiedenen Gründen immer wieder in Anforderungen und Situationen wiederfinden, die beileibe nicht zu ihren Stärken gehören. Oft haben sie sich in diese Situationen lenken lassen, ohne sich massiv zu wehren oder die Situation früh genug zu erkennen. Hinzu kommt gerne noch eine gewisse devote Lebenseinstellung, dank derer die entstandene Situation nicht mit beiden Händen angefasst und wieder geändert, sondern stattdessen lieber lamentiert und gejammert wird. Das kostet Energie und bringt einen selten weiter. Das klingt hart? Ist es auch. Und zwar mit Recht.

In der Ausrichtung von Stärken und Schwächen, vom sich wiederholenden Umgang mit Situationen inklusive der jeweiligen Lebenseinstellung lässt sich des Weiteren auch für Ungeübte überraschend zügig der „genetische Code“ eines Menschen entziffern. Und genau dieser Code entscheidet massiv über gewinnen oder verlieren. Schicksal und Fremdeinwirkung sind selbstverständlich nicht zu ignorieren, auch sie entscheiden über Sieg oder Niederlage, du solltest diesen beiden Attributen jedoch bloß nicht einen zu hohen Stellenwert einräumen. Du entscheidest bei neun von zehn Fällen über gewinnen oder verlieren. Du, dein genetischer Code und deine Bereitschaft zur Extrameile. Und deine Bereitschaft, deine Komfortzone zu verlassen.

Denn die Komfortzone ist in vielen Fällen die wahre Handbremse deines Lebens. Eine überragende Vielzahl an Menschen sammelt über einen gewissen überschaubaren Lebenszeitraum von zwanzig bis dreißig Jahren Erfahrungen und Erkenntnisse, bewertet alles aus der Summe seiner ganz persönlichen Komfortzone, gelangt automatisch zu der klassischen Instinktfrage: Was brauche ich eigentlich, und wie bekomme ich es, um ein angenehmes Leben zu führen? Schon startet im Kopf ein gewaltiges Programm voller Szenarien und Emotionen mit dem Dienst am guten Gefühl. Interessant ist hierbei die umgekehrte Vorgehensweise des Programms hinsichtlich der Ermittlung des Optimalzustandes: Es beginnt nämlich von unten – also bei der Betrachtung der Grundbedürfnisse – und arbeitet sich dann langsam hoch zu den wunderbaren Zusatzannehmlichkeiten. Essen, trinken, schlafen etc. ist schnell abgearbeitet, dann zählt das Programm Komfortpunkte auf und verknüpft sie automatisch mit dem zu erwartenden Aufwand, um endlich den Punkt der Handlungsentscheidung zu erreichen. Ein Dach über dem Kopf, Bretterhaus im Armenviertel, kleine Mietwohnung mit WC auf dem Hof, Wohnung mit je einem Zimmer pro Familienmitglied, Haus mit Garten, Villa im Millionärsviertel der Stadt, Zweitvilla in Beverly Hills inklusive eigenem Hubschrauberlandeplatz. Leider, leider, leider ... stellt das Programm zu Beginn nicht die Frage „Was muss ich eigentlich tun, um eines Tages eine Villa in Beverly Hills zu besitzen?“, stattdessen ermittelt es im ersten Schritt lieber nur die aktuell mögliche Variante anhand der bis dato vorhandenen Möglichkeiten, zum Beispiel aufgrund des aktuellen Einkommens.

Anschließend errechnet es das verbundene Risiko des Scheiterns und den zu erwartenden Aufwand, um alleine den nächsten Schritt zu erreichen. Das schreckt leider durchaus ab. Und so ist es eigentlich gar nicht so verwunderlich, dass beispielsweise in Deutschland nur prozentual wenige Menschen den Level jenseits des „gesunden Mittelstandes“ überschreiten. Denn dieser bietet einem ja bereits ein lebenswertes Leben in einem durchaus angenehmen Komfort.

Des Weiteren bin ich bei Schulungen immer wieder überrascht, wie viele Menschen sogar einen tieferen Level akzeptieren, wenn dieser vom Komfortzonenprogramm als völlig ausreichend ermittelt wurde. Manche Menschen begnügen sich gerne mit wenig. Gegen ihre Möglichkeiten und manchmal auch gegen ihren genetischen Code, der leider nicht gänzlich ausgeschöpft wird. „Das ewige Talent“, hast du diesen Ausdruck auch schon mal gehört? Im Sport ist er zumindest weit verbreitet.

Extrameile + Arbeit am genetischen Code + Verlassen der Komfortzone = Gewinner

Wäre da nicht dieser eine von zehn Fällen, bei dem Schicksal und Fremdeinwirkung ihren gelegentlich unschönen Dienst verrichten, man könnte beinahe eine solche Gleichung aufstellen, oder? Ich neige gerne dazu, sie trotzdem anzuwenden, denn wie bringe ich mich ansonsten persönlich weiter, wenn ich aufgrund einer 10-%-Schicksalsquote mit meinem Leben hadere? Aufhalten kann ich diesen Fall eh nicht, die anderen 90 % habe ich allerdings in der Hand, so viel ist mir bewusst. Und dir jetzt auch. Packen wir es an.

Übrigens, ein genetischer Code ist nicht unbedingt unveränderlich. Viele Charakterzüge und Grundeigenschaften eines Menschen sind sowohl negativ wie positiv durchaus veränderbar. Es ist anstrengend, und es lohnt sich. Welche Eigenschaft in deinem genetischen Code hältst du für überdenkenswert? Wirst du aus deiner Komfortzone gehen und diese Eigenschaft an der Wurzel packen? Wenn ja: denke unbedingt im Vorfeld und in Ruhe über eine Strategie und einen Zeitplan nach. Denn nichts ist schlimmer als schnell versandende Vorhaben, davon erleben wir doch schon bei Neujahrsversprechen genug, einverstanden? Dieses Jahr höre ich mit dem Rauchen auf ... jajaja.