

Leseprobe Slumgirl 2

ERFOLG - ER FOLGT

... unserer Einstellung zum Leben – unserem Mindset – unserem Lebensstil – unserer Partnerschaft. Erfolg ist die Grundlage für ein glückliches und zufriedenes Leben. Erfolg steht in direkter Wechselbeziehung zu unserer Gesundheit, zu unserem Glück und zu unserer Lebenseinstellung. Deshalb lohnt sich eine nähere Auseinandersetzung mit dem Begriff „Erfolg“. Um erfolgreich zu sein, bedarf es einer exakten individuellen Definition unseres persönlichen Ziels. Ist es Erfolg für mich, einen Beruf zu haben, um viel Geld zu verdienen? Ist es Erfolg für mich, mit meinem Beruf zufrieden zu sein und daran Spaß zu haben? Ist es Erfolg für mich, eine Familie – vielleicht sogar eine große Familie – zu haben und sie mit meinem Beruf zu verbinden? Ist es Erfolg für mich, selbstständig zu sein? Ist es Erfolg für mich, in den großen Weltmetropolen unterwegs zu sein und dort meine Anerkennung und Bestätigung zu finden? Ist es Erfolg, glücklich und zufrieden zu sein? Wie du siehst, ist Erfolg eine Sache der Definition und der richtigen Einstellung. Heute spricht man gerne vom sogenannten Mindset, was übersetzt so viel heißt wie Denkweise. Der Begriff „Mindset“ umfasst die Verhaltens- und Denkmuster sowie die Gesinnung, Mentalität oder geistige Haltung von Menschen. Es wird davon ausgegangen, dass sich unsere inneren Überzeugungen auf unsere Verhaltensweise und Entscheidungen in bestimmten Situationen auswirken. Im Zusammenhang mit unserem Erfolg ist die richtige Einstellung natürlich von größter Wichtigkeit. Auf alle Fälle ist Erfolg nicht immer das, was man von außen sieht. Erfolg beginnt im Inneren. Wenn du dich erfolgreich fühlst im Inneren, so wird der Erfolg im Außen folgen. Das heißt also, frage dich selber, wie du Erfolg definierst. Definierst du es nur über die Spielzeuge der Erwachsenen, die auch ich liebe, aber über die ich mich nicht definiere. Denn wenn im Außen alles auseinanderbricht, dann wirst du merken, dass im Inneren die Stärke präsent ist oder eben auch nicht, um alles wieder neu aufzubauen. Das heißt also, Erfolg definiert sich nicht über Geld und Materielles, sondern Erfolg ist im Inneren vorhanden, und das trägst du nach außen. Somit definiert dein Inneres dein Äußeres. Man lebt von innen nach außen und nicht umgekehrt. Das heißt, wenn du dich wertgeschätzt fühlst, wenn du dir selber den Wert gibst, wenn du dich voll fühlst, die Fülle im Inneren spürst, dann wird das auch äußerlich sichtbar sein und dann wird sich auch das Materielle einstellen. Unser Erfolg ist brav wie ein Schoßhündchen – er läuft uns hinterher, wo immer wir hingehen – wir müssen ihn nur „mitnehmen“. Deshalb ist es ganz entscheidend für dich zu erkennen, dass du Frau/Mann deines eigenen Erfolges bist. Erfolg ist nicht abhängig von der Außenwelt, von der schlechten oder guten Konjunktur, von der Wirtschaftslage, meiner direkten Umgebung – egal ob Frau/Mann, Partner/in, Eltern oder Vorgesetzte. Nein, Erfolg wird ausschließlich von mir bestimmt. Der erste Schritt zum Erfolg lautet somit:
Definiere dein Ziel, damit du weißt, wo deine Reise – deine Lebensreise – hingehen soll. Erfolg sucht sich seinen Weg selbst, wenn er erst einmal weiß, wo er hinwill.

Erfolg ist „lernbar“

Gesundheit – liebevoller Umgang mit sich selbst – die Fähigkeit, sich freuen zu können – die Einstellung zum Leben: Wie so viele Verhaltensweisen, die wir pflegen, ist auch die erfolgreiche Handlungsweise lernbar. Aus der Lernpsychologie und den daraus folgenden Lerntheorien kennen wir das „Lernen am Erfolg“. Die Ratte und die Maus sitzen in ihrem Käfig und werden nicht von Hand gefüttert, sondern „lernen zufällig“, einen Futterhebel zu benutzen. Das herausfallende Futter ist ihr „persönlicher Erfolg“. Somit lernen sie, nach ein paar Durchgängen gezielt den Futterhebel zu betätigen; nun wissen sie sehr gut, sich „erfolgreich“ zu verhalten. Nicht anders verhält es sich bei uns Menschen: Aus unseren Erfolgserlebnissen lernen wir, mit Erfolg umzugehen und weitere Erfolgserlebnisse zu produzieren. Es gibt jedoch bei einigen Menschen die Schwierigkeit, dass sie Erfolgserlebnisse nicht erkennen wollen oder erkennen können. Lass mich das am Beispiel einer Kundin erklären: Als Existenzgründerin war sie auf neue, gute Aufträge dringend angewiesen. Über strategisch kluges Handeln konnte sie einen guten Auftrag erzielen. Statt sich über den Auftrag zu freuen und ihn als Erfolgserlebnis zu würdigen, war sie nur damit beschäftigt zu überlegen, wann sie



denn Zeit hätte, diesen Auftrag abzuarbeiten, wie viel Arbeit damit verbunden wäre, welche Last sie zu tragen hätte usw. Durch diese negative Einstellung konnte sie aus ihrem Erfolg keine Lehre ziehen für weiteres erfolgreiches Handeln. Außerdem hat sie die wunderbare Erfahrung verpasst, neue Lebensenergie über Glück und Erfolg zu gewinnen. Bei Menschen mit einer derartigen Lebenseinstellung ist der Energiekreislauf empfindlich gestört. Somit neigen sie viel eher zu Antriebslosigkeit mit ihren weiteren Erscheinungen, von der Depression hin zum Burn-Out. In diesem Fall fährt die „Lebenslokomotive“ in die verkehrte Richtung – hin zum vorprogrammierten Misserfolg. Es ist also DEINE Entscheidung, als Steuermann/-frau deiner Lebenslokomotive in die richtige Richtung, nämlich Richtung Erfolg, zu fahren. Ein chinesisches Sprichwort sagt: „Aus einem Lob ziehe ich 16 Wochen Energie für ein gutes Leben.“

Erfolg braucht Partner

Nun ist die Frage: „Wie lernt man heute erfolgreiches Verhalten?“ Setze dir deine persönlichen Ziele, nimm dir für diesen Prozess sehr viel Zeit. Wie sollst du mit deiner Lebenslokomotive erfolgreich unterwegs sein, wenn du nicht weißt, wohin du fahren willst? Manchmal kann es sinnvoll sein – und ist unter Umständen die weitere Voraussetzung für Erfolg –, sich die richtigen „Partner“ zu suchen. Ganz nach dem Motto „gemeinsam sind wir stark“ kannst du Mitreisende in deine Lokomotive einladen. Achte jedoch darauf, dass diese Reisepartner*innen auch selbst bereit sind, die Kohlschaufel in die Hand zu nehmen und für „Nachschub“ sorgen möchten. Mit anderen Worten: Du brauchst potente Partner*innen, die selbst ihre Leistung einbringen. Deine Wunschpartner müssen über die Fähigkeiten und Kenntnisse verfügen, die bei dir selbst nicht vorhanden sind. Dazu ist es notwendig, sich selbst gut zu kennen – du selbst weißt am besten, wo deine Stärken liegen. Im Sinne des Energiehaushaltes wäre es unklug, ständig an den eigenen Schwächen zu arbeiten, dadurch fehlt die Energie, die eigenen Stärken auszubauen. So würde das Ergebnis nur Mittelmaß sein. Wenn du richtig erfolgreich sein willst, solltest du dich auf deine Stärken konzentrieren und diese fortwährend erweitern. Die Schwächen, die du wohl erkennst, kompensierst du durch Partner*innen, die über die „Stärken“ verfügen, die du bei dir selbst als „Schwächen“ erkannt hast. So ergibt sich ein natürlicher Ausgleich. Oft findet man diese Partner*innen in Form von Berater*innen. Von der kompetenten Ernährungsberatung bis zum gut gewählten Arzt des Vertrauens, von Steuerberater*innen bis zu Finanzexpert*innen – überall gibt es gut ausgebildete Fachleute, die gerade in der heutigen Zeit der Wissensgesellschaft das Know-how, das uns gerade fehlt, für uns „auf Vorrat halten“ und uns nach Bedarf zur Verfügung stellen. Sie kennen das alte Sprichwort „Wissen ist Macht“. Ich ändere diesen Sinnspruch in „Angewandtes Wissen ist Macht“. Nur wenn man ins Tun kommt und umsetzt, dann hat es eine Macht, die man im Positiven nutzen kann, aber Wissen alleine genügt nicht!

Mit anderen Worten ausgedrückt: Nur wer das Wissen hat und alle Fakten kennt, kann ins Tun kommen und gute, richtige und wichtige Entscheidungen treffen.

