

DR. JÖRG KRENMAYR MENTALTIPPS



DIE ERSCHAFFUNG DES IDEAL-WIR

Alleine können wir vieles erreichen und doch gibt es Ziele, die die Möglichkeiten eines Einzelnen übersteigen. Der Mensch ist grundsätzlich so ausgerichtet, dass sich jene aneinander binden, die eine ähnliche Weltsicht haben, auf der gleichen Wellenlänge schwingen. Ideale Freundschaften und Partnerschaften sind beiderseits von Vorteil – auf welche Weise auch immer. Wir alle haben Ziele. Wenn wir einander helfen können wir diese Ziele schneller erreichen, als es uns alleine möglich wäre. Wenn der Austausch auf Grund einer gemeinsamen Wellenlänge super funktioniert, dann haben wir die perfekte Grundlage für eine stabile, wertvolle Beziehung. Wir alle haben unsere individuellen Stärken und Schwächen. Im Wir sollten die Stärken des einen die Schwächen des anderen kompensieren und umgekehrt. Indem wir uns mit den richtigen Menschen verbinden, erschaffen wir ein Ideal-Wir, mit dem alle Seiten ihre Ziele bestmöglich erreichen.

Ergänzen Sie sich mit den richtigen Menschen, um Ihre Ziele bestmöglich zu erreichen!

TREFFEN SIE URTEILE, KEINE VORURTEILE

Vorurteile sind die hartnäckigen, verhärteten Reste unserer vergangenen Erfahrungen. Aus dem was wir erleben, hören und sehen entwickeln wir eine Vorstellung davon, wie die Welt funktioniert und wie „die Menschen“ sind. Ärgert uns als Jugendlicher ein rothaariger Nachbar und zufälligerweise später in der Schule ein rothaariger Klassenkamerad, dann kann sich bereits das Vorurteil bilden, dass Rothaarige gemein sind. Wenn wir später auf rothaarige Menschen treffen, dann lösen diese in unserem Unterbewusstsein diese Erinnerungen und negativen Gefühle der Demütigung, Hilflosigkeit, etc. aus. Wir projizieren unsere Vergangenheit auf das, was wir neu kennen lernen. Wenn uns das nicht klar wird, dann sind wir Gefangene unserer Vorurteile. Fatal wird es, wenn wir meinen eine unfehlbare Menschenkenntnis zu besitzen, denn dann werden Vorurteile unreflektiert und direkt zu Urteilen.

Geben Sie allem Neuen eine faire Chance, indem Sie sich Ihrer Vorurteile klar werden und sie bewusst unterdrücken!

ETABLIEREN SIE EINE GE- SUNDE FEHLERKULTUR

Ein Team kann seine Möglichkeiten nur ausschöpfen, wenn jeder Einzelne ebenfalls einen Teil der Verantwortung übernimmt. Heutzutage wird in Führungskreisen oft kritisiert, dass zu wenige Führungskräfte gerne Verantwortung übernehmen oder Handschlagqualität aufweisen. Die Schwächen entstehen durch zu große Angst vor Fehlern. Niemand will Fehler machen, doch wer sich an etwas Neuem oder Großem versucht, wird Fehler machen. Diese dürfen nicht dramatisiert werden. Fatal wäre nur aus diesen Fehlern nicht zu lernen oder sie fahrlässig zu begehen. Der richtige Umgang mit Fehlern muss von oben vorgelebt werden. Tatsächlich machen Menschen weniger falsch, wenn sie keine Angst davor haben etwas falsch zu machen. Teams können nur ihr Maximum an Leistungsfähigkeit erreichen, wenn man verstanden hat, wie mit Fehlern umzugehen ist.

Lernen Sie aus Fehler, aber haken Sie Fehler emotional ab – indem Sie eine gute Fehlerkultur vorleben, wirken Sie positiv in das Team hinein!

MIT UNS SELBST IM REINEN

Beziehungen sind wie Brücken über einen Fluss. Sie sind nur dann tragfähig, wenn beide Brückenpfeiler belastbar sind. Wenn ein Pfeiler ins Wanken gerät, wird die gesamte Brücke instabil. Wenn wir also Probleme mit uns herumtragen, dann belasten wir – wenn auch oft unbewusst – unser Umfeld. Da wir uns selbst ungern die Schuld an einer schlechten Beziehung geben, wir aber erkennen, dass wir nicht mehr gut mit unserem Umfeld auskommen, geben wir lieber den anderen die Schuld. Wir sollten, wenn es nicht gut läuft, kurz auf Abstand zu den Teammitgliedern gehen und den Blick auf uns selbst richten. Haben wir wirklich ein Problem mit den Kollegen oder passt etwas anderes nicht und wir lassen nur den Unmut an ihnen aus? Wenn uns gegenüber jemand ungut war, haben wir eventuell dessen Verhalten ungewollt provoziert – wie in der selbsterfüllenden Prophezeiung?

Wenn es mit anderen Probleme gibt, werfen Sie einen ehrlichen Blick auf sich, ob Sie mit sich selbst im Reinen sind!