

VERNETZT MIT IRIS GORDELIK MÜSSEN, KÖNNEN, WOLLEN?



*Was steckt wirklich
in mir und wie entfalte ich
mein Potenzial?*

» Egal ob mit 14 Jahren, 32, 48 oder 67 – die Frage in allen Facetten danach, was ich bin, kann, sein werde begleitet uns durch das ganze Leben. Da gibt es zum einen die gravierenden Lebensabschnitte, da ist die Frage nach meinem Potenzial für die Zukunft wichtig – wie etwa das Ende der Schulzeit mit der Entscheidung für meine berufliche Zukunft. Diese Auseinandersetzung ist selten einfach und oft von Ratlosigkeit getragen. Dann gibt es Zeiten der Revision oder auch der Rückbetrachtung – häufig so mit 40 oder 50 Jahren –, zu denen ich meine damalige Entscheidung überprüfe. War es wirklich das, was ich wollte, und will ich das auch die nächsten Jahre tun? Auch das kann unter Umständen recht unangenehm sein. Vor allem, wenn ich das Gefühl habe, noch nicht alles an Potenzial ausgelebt zu haben oder schlimmstenfalls sogar einen falschen Weg eingeschlagen habe. Und davor, dazwischen und danach begleiten uns alle immer wieder Gedanken rund um „was kann ich noch“, „was müsste ich tun“, „ich würde gern“. Der nächste Karriereschritt, eine Fremdsprache lernen, Salsa tanzen, sich selbstständig machen, abnehmen, mit dem Rauchen aufhören, ein Hobby zum Beruf machen, etwas Neues studieren, auswandern... Die Liste kann endlos weitergeführt werden. Es ist auch völlig normal und richtig, dass wir ständig über unser Potenzial nachdenken, denn wir leben in einer sich ständig verändernden Welt und sowohl geschäftlich als auch privat bedeutet das, sich mit zu verändern.

Fakt ist, das wissen wir aus der Hirnforschung, das Potenzial in unserem Kopf steht uns ein Leben lang zu Verfügung. Wann immer wir wollen, können wir es anzapfen und Neues dazulernen. Die Fähigkeit des Hirns, auch im hohen Alter, neue Synapsen-Verbindungen zu entwickeln, hört nie auf. Fakt ist aber auch, dass wir uns schwer tun mit unserem Potenzial. Manche mehr, manche weniger. Doch der Weg im Irrgarten des Müssens, Könnens, Wollens ist halt eine unserer größten Herausforderungen.

Zu wissen, was für mich persönlich Sinn macht, und diese Entscheidung bewusst zu treffen, ist der Schlüssel zum Willen und zur Umsetzungskraft, um unser Potenzial zu entfalten.

WAS KANN ICH?

Beschäftigen wir uns aber zunächst einmal mit der Frage danach, was von dem, was ich mir wünsche oder vorstelle, ich überhaupt kann? Das ist nämlich stets die erste Frage, denn etwas, was ich nicht kann, wäre ja unsinnig zu wollen, oder? Allerdings ist diese Frage recht einfach zu beantworten: alles. Ich halte es da gern mit Goethe, der sagte: „Unsere Wünsche sind Vorgefühle der Fähigkeiten, die in uns liegen, Vorboten desjenigen, was wir zu leisten imstande sein werden. Was wir können und möchten, stellt sich unserer Einbildungskraft außer uns und in der Zukunft dar; wir fühlen eine Sehnsucht nach dem, was wir schon im Stillen besitzen. So verwandelt ein leidenschaftliches Vorausergreifen das wahrhaft Mögliche in ein erträumtes Wirkliches.“

Das Dumme ist nur, dass viele Menschen – aus welchen Gründen auch immer – von sich selbst behaupten, „das kann ich nicht“. Eine Fremdsprache lernen? Kann ich nicht, ich habe kein Sprachtalent. Tanzen lernen? Kann ich nicht, ich habe kein Rhythmusgefühl. Ein Studium beginnen? Kann ich nicht, ich habe keine Zeit. Dabei heißt „kann ich nicht“ eigentlich ganz klar: „WILL ICH NICHT“. Was ja auch absolut in Ordnung ist. Niemand muss alles wollen. Der Unterschied ist nur, dass ich mit der Formulierung „kann ich nicht“ quasi der Natur oder dem Universum schicksalhaft ergeben bin und ich ja schließlich nichts dafür kann. Hingegen ist „will ich nicht“ eine von mir bewusst getroffene Entscheidung.

Fordern Sie das GORDELIK Magazin vernetzt! an.

Gordelik GmbH, www.gordelik.de,

Tel: +49 170 9601210, gordelik@gordelik.de



Sowohl beruflich als auch in meinem Freundes- und Bekanntenkreis folgt auf meine Äußerung „He, wenn du sagst ‚kann ich nicht‘, meinst Du eigentlich ‚das will ich nicht‘“ ein heftiges Wehren. „Nein, ich kann es wirklich nicht. Ich habe es schon oft versucht, aber es ist einfach nicht meine Natur.“ Nun, bestimmt gibt es vieles, was nicht in unserer Natur liegt. Ich persönlich habe zum Beispiel null Zugang zu Technik oder Chemie. Und frei nach Goethe hat sich in mir auch noch nie der Wunsch danach gezeigt. Also will ich es nicht. Punkt. Aber würde ich jemals den Wunsch in mir spüren, einen Motor auseinanderzubauen, dann würde ich dem nachgehen.

UNSER GEHIRN IST FAUL

Was hält uns nun also wirklich ab? Ist es fehlender Mut? Oder der berühmte innere Schweinehund? Nun, den inneren Schweinehund gibt es in der Tat. Auch das wissen wir aus der Hirnforschung: Unser Gehirn ist faul. Wie alle Systeme ist auch unser Hirn darauf ausgelegt, möglichst wenig Energie zum Funktionieren zu verbrauchen. Aus diesem Grund mögen wir auch keine Veränderungen und würden eigentlich am liebsten genauso alles lassen und bleiben wie wir sind. Auch kann ich mutlos werden, wenn ich ein paar Mal hingefallen bin oder mich andere entmutigen, etwas zu können oder zu tun. Aber ich denke, am Ende ist es nicht fehlender Mut oder gar der innere Schweinehund, der uns abhält. Es ist vielmehr das Wollen. Alles, was ich wirklich will, werde ich auch können.

ZIELE SIND GUT – SINNGEBUNG NOCH BESSER

Die einfachste Möglichkeit, einen starken Willen zu entwickeln, ist stets, ein Ziel zu haben. Das kennen wir alle aus unserem beruflichen Alltag. Wir haben gelernt, Ziele zu haben, und manifestieren sie in Projektplänen. In zwei Jahren habe ich meinen Dokortitel, mein nächster Karriereschritt ist Geschäftsleiter oder mein Umsatzziel für nächstes Jahr ist 20 % mehr. Grundsätzlich halte ich es auch für richtig, sich Ziele zu setzen. Das Dumme ist nur, wenn ich mein Ziel erreicht habe, was dann? Ich habe meinen Doktor oder bin Geschäftsführer und nun? Nicht selten fallen wir dann in ein Loch, weil das nächste zu erreichende Ziel fehlt. Darum glaube ich, dass wir einen Schritt weiter als nur in Zielen denken sollten. Nämlich in der Frage nach Grund und Sinn für mich. Also zum Beispiel: Ich will nicht einfach nur Sport machen, sondern ich will gesund leben. Oder ich will mich nicht einfach nur selbstständig machen, sondern ich will beruflich frei sein. Zu wissen, was für mich persönlich Sinn macht und diese Entscheidung bewusst zu treffen, ist der Schlüssel zum Willen und zur Umsetzungskraft, um unser Potenzial zu entfalten. Unser Hirn mag zwar faul sein, aber am Ende sind wir der Chef unseres Körpers. In einem Satz gesagt: Wer will, findet Wege und wer nicht will, sucht Gründe. Weitere Ausreden werde ich gern mit Ihnen diskutieren – ich freue mich auf Ihren Anruf!

AUTORIN: IRIS GORDELIK

