

## Wirtschaft macht Schule

Urkunden für die Gewinner

### Gegenseitige Unterstützung

Am 22. November 2011 ehrt die IHK Reutlingen Schulen und Betriebe für ihr Engagement im Rahmen von „Wirtschaft macht Schule“. Mit dabei: Mentaltrainer und Motivationsexperte Steffen Kirchner. Er wird den Gästen verraten, wie jeder durch maximale Leistungsfreude ein Champion werden kann. Sein Thema: „Du bist ein Gewinner!“ Wirtschaft Neckar-Alb (WNA) sprach vorab mit ihm.

**WNA:** Hat jeder das Zeug zum Gewinner?

**Kirchner:** Auf jeden Fall. Jeder ist ein Gewinner, sonst wäre er gar nicht da. Schließlich muss jeder in seinem Leben Probleme lösen und mit schwierigen Situationen umgehen. Um ein Gewinner zu sein, muss man drei Punkte befolgen. Erstens: Der Fokus. Wie schaue ich auf mein Leben, meinen Arbeitsplatz, andere Menschen? Zweitens: Positives Sein. Positives Denken funktioniert nicht, das macht krank. Wir denken 60 000 Gedanken am Tag, die kann man nicht alle kontrollieren. Es kommt auf die Emotionskontrolle an. Wir sollten uns gut fühlen, positive innere Bilder und eine positive Körpersprache haben. Erfolgreiche Menschen denken nicht positiv, sie sind positiv. Und drittens: Wie gehe ich mit Problemen um? Wenn wir erfolgreiche Menschen betrachten: Die meisten mussten schon Krisen und Niederschläge meistern, die wir alle noch nicht erlebt haben.

**WNA:** Auf Ihrer Homepage steht, Sie seien Experte für Höchstleistungen, der dazu befähigt, die persönliche maximale Leistungsfreude neu zu entdecken und zu entfalten. Wie schafft man es, über seine vermeintliche Grenze hinaus zu gehen?

**Kirchner:** Um über persönliche Grenzen hinaus zu gehen, muss man vier Fragen beantworten. Die erste: Wer bin ich? Wir spielen oft eine Rolle für andere Menschen, leben ein Leben, das von anderen vorgegeben wird. Dabei sollte jeder seinen Stift in die eigene Hand nehmen und seine Geschichte selber schreiben. Dann die Frage: Wohin will ich? Wir brauchen ein Ziel. Wenn ich nicht weiß, wo ich hin will, bin ich überall falsch. Die Ziele müssen möglichst hoch gesteckt sein. Es geht nicht um die Zielerreichung, sondern darum, Träume zu haben. Das weckt Begeisterung und Motivation. Außerdem ist es oft einfacher, höhere Ziele zu erreichen. Die meisten versuchen, mittelmäßige Ziele zu erreichen, dann ist die Konkurrenz umso größer. Bei hohen Zielen ist die Konkurrenz nicht so groß. Dann stellt sich die Frage: Was kann ich? Wenn ich jemanden nach seinen zehn Stärken frage, weiß er meist nicht, was er sagen soll. Zehn

Schwächen kann jeder erzählen. So sind wir erzogen: Was wir können, wissen wir nicht. Aber nur, wenn wir das wissen, können wir Grenzen überschreiten. Und schließlich: Wie gehe ich mit Angst um? Viele gehen ihre Ziele nicht an, weil sie Angst vor Versagen und Ablehnung haben. Das ist hier fehl am Platz. Man muss seine Ängste überwinden, also das tun, wovor man am meisten Angst hat.

**WNA:** Sie haben es schon angesprochen: Tiefschläge gehören ebenfalls zum Gewinner-Dasein. Haben Sie diese Erfahrung auch schon machen müssen?

**Kirchner:** Krisen in der Karriere eigentlich nicht. Aber Krisen gibt es eigentlich jede Woche, Lebenskrisen gehören einfach dazu. Man wird richtig stark, wenn man Krisen überwindet. Das zeigte auch Bayern München, als sie 1999 gegen Manchester United das Champions League Finale denkbar unglücklich in letzter Sekunde verloren, dadurch aber stärken wurden und dann zwei Jahre später gegen Valencia im Elfmeterschießen den Titel holten. Ich selbst hatte auch schon eine persönliche Krise, als ein Mensch gestorben ist, der mir sehr nahe war. Das hat mich wachgerüttelt, ich habe gemerkt, dass ich den falschen Weg verfolge, bin davon abgerückt und gehe heute meinen Weg, der sehr erfolgreich ist. Die Krise hat etwas ganz Großes wachsen lassen.

**WNA:** Wie kommt man am einfachsten aus einer Krise? Was raten Sie Ihren Kunden?

**Kirchner:** Nicht jede Krise ist gleich. Aber es gelten ein paar Grundregeln. Man sollte die Krise als Chance sehen. Wir müssen sehen, was daraus erwächst. Beispielsweise ist das deutsche Wirtschaftswunder nur durch die riesige vorangegangene Krise möglich geworden. Ob wir Krisen haben oder nicht, ist egal. Wie wir damit umgehen, ist entscheidend. Wir brauchen eine motivierende Vision und müssen wissen, was uns einzigartig macht. Es gibt auch in Krisenbranchen Unternehmen, die Erfolg haben, die sind nicht lauter, sondern anders. Sie haben ihre Einzigartigkeit gefunden. Der Zusammenhalt ist wichtig und dass wir uns auf den Kern konzentrieren. Die mei-



Steffen Kirchner: Seine Erfolgstipps gelten nicht nur für den Sport, sondern für jeden einzelnen. Am 22. November gratuliert er Schulen und Betrieben von „Wirtschaft macht Schule“. Foto: Kirchner

sten Krisen sind Bewusstseinskrisen: Wir vergessen oft, dass es bei allem, was wir tun, um Menschen geht.

**WNA:** Das IHK-Projekt „Wirtschaft macht Schule“ bringt Schulen und Betriebe zusammen und sorgt so dafür, dass Schülerinnen und Schüler frühzeitig auf das Berufsleben vorbereitet werden. Die Veranstaltung wird vor Gewinnern nur so strotzen...

**Kirchner:** Die Gäste haben alle Erfolge erzielt, deswegen sind sie auch da. Man hält Erfolg oft für Zufall. Ich werde versuchen, den Menschen zu zeigen, dass der kleine Samen, den sie gestreut haben, zu einer prächtigen Pflanze werden kann, denn Erfolg ist planbar. Dafür gelten Spielregeln und die werde ich den anwesenden Gewinnern zeigen.

**WNA:** Heißt das, die Gäste werden noch mehr zum Gewinner?

**Kirchner:** Es geht nicht darum, dass wir immer gewinnen. Erfolg macht nicht glücklich, wenn wir ein Ziel erreicht haben. Glück zu haben heißt nicht automatisch, glücklich zu sein. Es gibt viele Lottogewinner und Superstars, die nicht unbedingt glücklich sind. Es geht nicht darum, Ziele zu erreichen, um glücklich zu sein. Es geht darum, glücklich Ziele zu erreichen. Und diesen Weg der Leistungsfreude möchte ich den Gästen vermitteln. ■