

Für den Beruf und im Alltag:

## Mit Souveränität punkten

von Theo Bergauer, Waldsassen

Souveränität, das ist die positive Vorstellungskraft, das ist die eiserne Willensstärke, das ist ein Plan, für den es sich lohnt, einen Einsatz zu bringen, ob im privaten oder beruflichen Bereich. Souveränität, das ist das Umsetzen leidenschaftlicher Projekte, das ist das verantwortungsvolle Handeln anderen Menschen gegenüber aber auch die Verpflichtung, den eigenen Wünschen und Träumen gerecht zu werden. Souveräne Menschen erscheinen uns oft unerreichbar in ihrer Ausstrahlung und ihrem Tun – dabei sind das alles nur Facetten unserer Persönlichkeit und deren Entwicklung liegt nur an einem ... an uns selbst. Vielleicht helfen Ihnen folgende Punkte dabei, wertvolle Entscheidungen zu treffen und dadurch von Tag zu Tag ein klein wenig souveräner zu werden:

S = Stärken  
 O = Orientierung  
 U = Unterbewusstsein  
 V = Verantwortung  
 E = Einstellung  
 R = Resultate  
 Ä = Atmosphäre  
 N = Non-Profit  
 I = Interesse  
 T = Tal der Leidenschaft  
 Ä = Auf und Ab  
 T = Tun

S = Stärken  
 Auf dem Weg zu einer souveränen Persönlichkeit befinden wir uns tagtäglich in einem Spannungsfeld zwischen unseren Talenten, unseren Stärken und unseren Kernkompetenzen. Begeben Sie sich auf die Reise um festzustellen, worin Sie besser sind als andere und warum dies so ist. Ihrer Schwächen sind sich viele Menschen bewusst – sie wissen, was sie nicht können. Wie sieht es allerdings mit den Stärken aus? Entwickeln wir automatisch Stärken bei Dingen, die wir gerne machen? Erfahrungsgemäß werden wir dann dort auch immer besser, haben wiederum mehr Spaß...

ein positiver Kreislauf von Spaß und Steigerung kommt in Gang.

O = Orientierung  
 Werte bilden unser Fundament, die Vision ist unser Antrieb – doch aus beidem wird nichts entstehen, wenn wir nicht bereit sind, zu handeln. Wünsche nutzen nun einmal nichts, wenn daraus nicht konkrete Ziele entstehen. Erst dieses Planen ermöglicht uns, nachzuvollziehen, sind wir auf dem richtigen Weg, welche Etappen haben wir bereits absolviert und vor allem auch, das erfolgreiche Erreichen von Teilzielen zu feiern, was wiederum zum Weitergehen motiviert. Durch Ziele übernehmen wir Verantwortung für unser Handeln. Wir wissen, wohin es gehen soll, tun bewusst und unbewusst alles, um dorthin zu gelangen und freuen uns, wenn wir angekommen sind. Ziele dienen als Orientierung, sind Fixsterne, anhand derer wir unser Lebensschiff navigieren können.

U = Unterbewusstsein  
 Wenn wir die Zukunft als Vision



Der Souveränitäts-Experte ist seit 20 Jahren als Trainer und Coach für persönliche Entwicklung und unternehmerische Prozesse aktiv. Namhafte Stars aus dem Sport sowie große deutsche und international tätige Unternehmen setzen auf seine persönliche Dynamik, sein breit gefächertes Erfahrungspotenzial und die Schulungskraft des Bau- und Wirtschaftsingenieurs. Dabei geht es ihm nicht um kurzfristige Wissensvermittlung oder einen schnellen Motivationsschub, sondern vielmehr um die Begleitung von Prozessen, die zu Souveränität und damit zur persönlichen Zufriedenheit und zum beruflichen Erfolg führen.

bereits vorwegnehmen, wenn wir uns die noch gar nicht eingetretene Situation so detailliert vorstellen, als sei sie schon geschehen, wird unser Unterbewusstsein damit so umgehen, als hätten wir diesen Zustand bereits erreicht. Das Unbewusste kann nicht zwischen Realität und Einbildung unterscheiden. Weil Ihr Unbewusstes an Ihr Ziel glaubt, wird es all Ihre Kraft auf die Zielerreichung konzentrieren. Ihre Vision wirkt wie ein Samenkorn – die Erde, in die wir säen, ist unser Unterbewusstsein. Zunächst erscheint es uns noch als klein, ja sogar als unbedeutend, doch in jedem Korn ist bereits die spätere Ähre enthalten.

V = Verantwortung  
 Verantwortung? Was bedeutet dies für Sie? Für was? Gegenüber wem? Die Lösung steckt schon im

Wort: Antwort geben können. Sich selbst und anderen. Übertragene Pflichten übernehmen und erfüllen, nicht nur zu Beginn eines Prozesses, sondern über einen längeren Zeitraum hinweg. Verpflichtung eingehen bedeutet, zu erkennen was Ihnen wichtig ist. Dies ist wie eine hohe Verbindlichkeit, die zu begleiten ist. Welchen Werten gegenüber fühlen Sie sich verpflichtet, welche lieben Sie? Was ist Ihnen wertvoll?

E = Einstellung  
 Haltung ist im Leben enorm wichtig. Die persönliche Einstellung weist den Weg – zum Sieg ebenso wie zur

Fortsetzung umseitig

**Niederlage.** Wer nicht daran glaubt, dass er etwas bewegen kann, dass er in der Lage ist, souveräne Entscheidungen zu treffen, wird auch kaum in der Lage dazu sein. Die persönliche Ein- und Vorstellung ist die innere Größe eines Menschen, mit der er – oft unbewusst – wirkt, die er ausstrahlt. Dieses Selbstbewusstsein ist es, das einem selbst das Vertrauen in die eigene Entscheidungsfähigkeit gibt. Ebenso wie auch anderen Menschen die Sicherheit, zur richtigen Zeit am richtigen Ort an einem wertvollen Projekt beteiligt zu sein.

#### R = Resultate

Kein Mensch lebt für sich allein! Der Kreislauf geht immer vom ICH zum DU und WIR und im Normalfall wieder zurück. Die Entscheidung, nutzenbringende Resultate zu erzielen, steht am Ende des Weges einer souveränen Persönlichkeit und damit zugleich am Anfang. Verantwortung zu übernehmen für das eigene Handeln zählt ebenso dazu, wie Versprechen zu halten. Jede Zusage ist eine Verpflichtung sich selbst und dem oder den Anderen gegenüber.

#### Ä = Atmosphäre

Wie kommen Sie in Ihren geistigen Flow? Brauchen Sie einfach nur Ruhe? Müssen Sie sich körperlich bewegen, um sich geistig bewegen zu können? Schaffen Sie ganz bewusst eine positive Atmosphäre für sich und Ihre Gesprächspartner und nutzen Sie diese, um Ihre Pläne zu schmieden, sich auf das Abenteuer einzulassen und so voller Zuversicht und dem Wissen um die eigene Souveränität in Ihre Zukunft zu blicken.

**N = Non-Profit**  
Non-Profit-Unternehmen sind Unternehmen, die ohne Gewinnerzielungsabsichten agieren. Auch wir sollten uns ein solches Non-Profit-/Leidenschaftliches Projekt suchen. Sind wir erfolgreich und haben unsere Hauptaufgaben im Griff, besteht die Gefahr, dass sich eine lähmende Routine ausbreitet. Nun ist es spätestens an der Zeit, sich Neuem zuzuwenden. Aber: Verändern Sie nicht sofort alles. Wenn Sie sich einem Projekt zuwenden wollen, das Sie gedanklich nicht mehr loslässt, verwenden Sie (zunächst) nur ca. 10 Prozent Ihrer wertvollen Zeit und Ressourcen dafür. Neue Aufgaben, bei denen Sie viel Herzblut verspüren, müssen langsam wachsen, um Ihnen nicht die Souveränität in allen anderen Bereichen zu rauben.

#### I = Interesse

Ihr Interesse am Menschen zählt! Gelegenheiten, um Erfolgsgeschichten anderer Menschen zu analysieren gibt es viele. Werfen Sie nur mal einen Blick in Fachzeitschriften. Zahlreiche Berichte, wie andere etwas erreicht haben, bieten die Möglichkeit, daraus zu lernen. Allen Beispielen gemeinsam ist meist eines: Erfolgsgeschichten gehen selten schnell und meistens nicht kontinuierlich nach oben. Aber alle hatten – ein begeisterndes Ziel vor Augen – genug Durchhaltevermögen. Übertragen Sie das doch einmal auf Ihr Leben: Nehmen Sie sich ausreichend Zeit, überlegen Sie, wie Sie Ihrer Vision näher kommen, nehmen Sie sich selber und Ihre Wünsche wichtig, kurz - sehen Sie sich selbst als zukünftiges Erfolgsbeispiel.

#### T = Tal der Leidenschaft

Durchhaltevermögen ist dann angesagt, wenn sich nach kurzer Zeit zwar die ersten gewünschten Erfolge einstellen, es aber später nicht mehr so dynamisch nach oben geht. Viele werfen schon zu Beginn des Tals der Leidenschaft die Flinte ins Korn und geben auf. Jetzt heißt es dran bleiben, Kontinuität beweisen, sich bewusst zu sein, der nächste Entwicklungsschritt nach oben kommt bestimmt. Zeigen Sie eiserne Disziplin und gestärktes Selbstvertrauen. Sie können diese Phase auch dazu nutzen, um sich

einer anderen Aufgabe zuzuwenden. Bei regelmäßigem Training in dieser Entschleunigungsphase kommt irgendwann der Punkt, an dem es wieder weiter bergauf geht, die nächsten Erfolge Sie in Ihrer Souveränität weiter wachsen lassen.

#### Ä = Aktivität(en)

Aktivität bedeutet, sich für etwas Wichtiges einzusetzen. Sich anstrengen, engagieren gelingt dann, wenn Sie den Nutzen daraus erkennen. Deshalb sind Ihre Lebensträume oder Visionen der richtige Motor, um Großes zu erreichen. Dazu allerdings sollten Sie sich nicht verzetteln, zuviel auf einmal wollen. Bündeln Sie Ihre Kräfte wie mit einem Brennglas. Konzentrieren Sie sich auf das Wesentliche. Fragen Sie sich: Wohin will ich/wollen wir? Ihre Vision ist ihr persönliches Navigationssystem, das Sie führt und leitet, das die Gesamtstrecke in Etappen einteilt, Sie vor Staus wartet und vielleicht sogar geschickt herumführt, das Ausweichrouten angibt und Sie letztendlich sicher ans Ziel führt. Fokussieren und polarisieren Sie Ihre Aktivitäten!

#### T = Tun

Kein noch so schöner Plan zeigt

eine Wirkung, wenn wir nicht ins Handeln kommen. Erst das Tun entscheidet über die Ergebnisse. Und damit entscheidet jeder Mensch selbst, inwieweit sein Wirken von Erfolg gekrönt ist oder nicht. Wünsche und Visionen stehen am Anfang eines souveränen Weges, dann aber muss die klare Entscheidung folgen, diese Wünsche und Visionen in Plänen zu festigen, die Details festzulegen. Aber erst wenn es gelingt, diese Detailpläne in Do-To-Listen zu übertragen und sie damit so konkret wie möglich zu machen, kommen wir vom Reden und Planen ins Handeln. Ein Datum, ein Termin, eine Uhrzeit nehmen uns in die Pflicht. Je eher und konsequenter wir also unsere Aufgaben angehen, umso besser das Ergebnis, umso größer der Erfolg und auch der persönlichen Spaß am Tun. Entscheiden Sie sich also für eine souveräne Lösung der Herausforderungen unseres Lebens. Just do it!

Weitere Infos zum Thema Souveränität erhalten Sie bei b.wirkt!, Leuthnerstr. 5, 95652 Waldsassen, Tel. 09632/91181, Email: post@b-wirkt.de, Internet [www.b-wirkt.de](http://www.b-wirkt.de).

