

Was haben Artischocken und Jonglierbälle mit CHANGE zu tun?

Antworten von Stephan Ehlers –
Ihr Experte für Jonglieren, Lernen und Gehirn-Wissen

Der Wandel ist längst vom befristeten Projekt zum dauerhaften Thema geworden. Die meisten Chefs bzw. Unternehmen haben die Notwendigkeit für Veränderungen zwar seit langem erkannt, doch oft hapert es an der Umsetzung. Was dabei selten thematisiert wird, sind die unbewussten (eigenen) Widerstände bzw. ein „ungutes Gefühl im Bauch“ bei Chefs, Selbständigen oder Führungskräften. Einen konkreten Tipp für die Praxis, wie man selbst wirksam eigene Unsicherheit überwinden und souveräner in unsicheren Situationen werden kann, hat Stephan Ehlers, Experte für Jonglieren, Lernen und Gehirn-Wissen aus München.

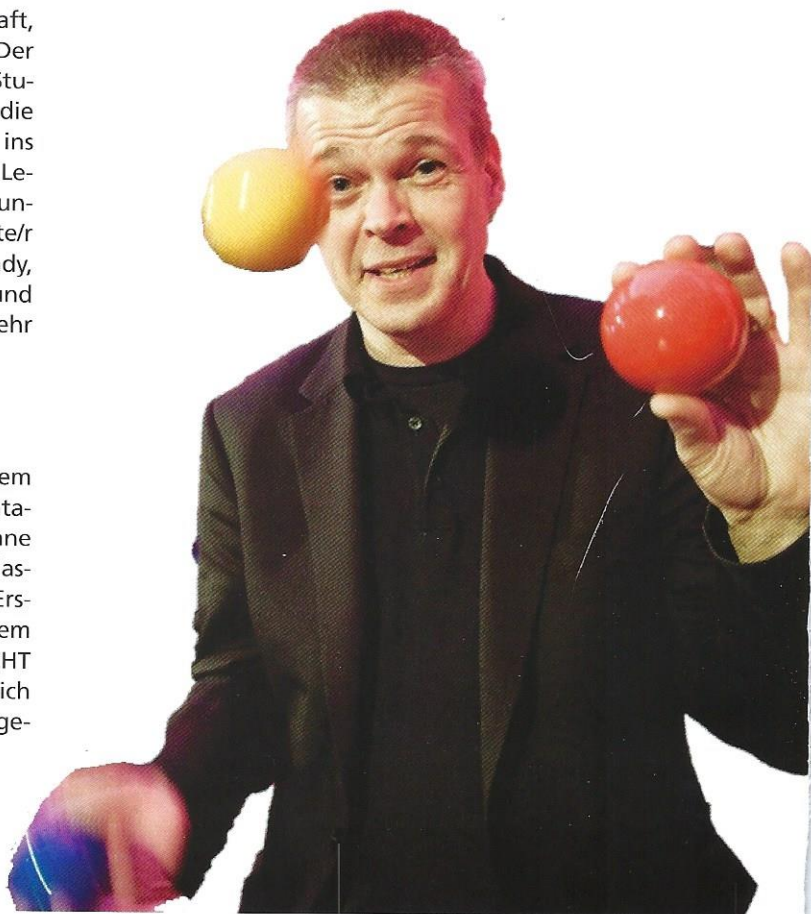
Mag der Mensch Veränderungen oder halten wir uns lieber an vertrauten Dingen und Verhaltensmustern fest?

Veränderungsprozesse begegnen uns überall: in Gesellschaft, Beruf, Familie und unserem Informationsverhalten. Der Mensch ist jedoch ein Gewohnheitstier. Wissenschaftliche Studien belegen u. a., dass bei ca. 80 Prozent der Menschen die Beharrungskräfte dominieren und nur 20 Prozent mehr ins Risiko gehen. Dabei erlebt jeder Veränderung selbst ein Leben lang: Geburt, Kind, Schüler, erste Freundin, zweite Freundin..., Ausbildung, Studium, erster Job, zweiter Job, erste/r Ehefrau/-mann..., erstes Kind..., neue Freunde, altes Handy, neues Smartphone. Trotz des permanent selbst erlebten und durchlebten Wandels, tun wir uns mit Veränderungen sehr schwer.

Woran liegt das?

Das hat evolutionäre Gründe bzw. liegt konkret an unserem Gehirn. Man muss wissen, dass unser Bewusstsein (Präfrontale Cortex) so etwas wie ein Großrechner ist, allerdings ohne Entscheidungsgewalt! Bei der Frage, was getan oder unterlassen werden soll, darf unser Bewusstsein nicht mitreden. Erste und letzte Entscheidungen werden im Limbischen System getroffen, in jener Ebene des Gehirns, die uns gerade NICHT bewusst ist. Erschwerend kommt hinzu, dass unser Gehirn sich „Nicht erlebte Zukunft“ nicht vorstellen kann. Da in Change-

Projekten in Unternehmen oder auch bei größeren privaten Veränderungen (neuer Job oder Umzug in eine andere Stadt) die neu zu erlebenden Sinneseindrücke in der Zukunft liegen, kann uns das Gehirn keine realistischen Erlebnisse verschaffen. Es kann (und es wird) Vorstellungen KONSTRUIEREN... auf Basis des bisher Erlebten. Mehr geht nicht. Konkretes Beispiel: Versuchen Sie einmal, sich eine neue Farbe vorzustellen, also eine Farbe, die jenseits des sichtbaren Farbspektrums liegt. Genauso ist unser Gehirn nicht in der Lage, sich den Geschmack einer Artischocke vorzustellen, wenn wir diese vorher noch nie gegessen haben.



Was kann man konkret tun?

Unabhängig davon, welche Art von Veränderung bevorsteht, ist es eminent wichtig, dass man sich mit seiner (inneren) Haltung und Bereitschaft zur eigenen Wandlungsbereitschaft und –fähigkeit auseinandersetzt. Hierzu eignet sich das Jonglieren-Lernen ausgezeichnet. Jonglieren ist eine sehr einfache und persönliche Form, sich mit Situationen der Veränderung und der daraus resultierenden Unsicherheit intensiv zu beschäftigen. Wer sich intensiv selbst mit Veränderungen und Unsicherheit beschäftigt hat, entdeckt eine Menge Ressourcen, die helfen, auch in anderen Bereichen Veränderungen erfolgreich zu steuern.

Jonglieren lernen, um Veränderungen zu meistern ... das funktioniert?

Wir bieten unsere verschiedenen Dienste rund um „Jonglieren für Firmen und Führungskräfte“ seit 22 Jahren an und setzen Jonglieren gezielt als wirksames Tool u. a. für CHANGE, Führung, Burnout, Lernmotivation und Konzentration ein. Den positiven Effekt sofort anzuerkennen, ist und bleibt schwierig, weil die Wirkung UNBEWUSST ist. Auch der Vorstandsvorsitzende der ALLIANZ SE, Herr Oliver Bäte, setzte auf das Jonglieren beim Prozess des Wandels in seinem Unternehmen. Er hat bei mir das Jonglieren mit drei Bällen gelernt und musste kräftig schwitzen, immer wieder Bälle aufheben und permanent Neues ausprobieren. Beim Jonglieren werden viele Aktivitäten und neue Verbindungen im Gehirn verarbeitet ... mit positiven Wirkungen auf Motivation, Neues wagen, Selbstbewusstsein, Kreativität u. v. m. Die Art und Weise, wie man mit seinem eigenen Widerstand umgeht, ist ein zentraler Erfolgsfaktor im Veränderungsprozess.

Stephan Ehlers

Stephan Ehlers ist Erfinder des Jonglier-Lernsystems REHORULI® und Experte für Jonglieren, Lernen und Gehirn-Wissen. In seinen Vorträgen verknüpft er aktuelle Erkenntnisse der Gehirnforschung informativ und unterhaltsam mit konkreten Tipps für die Umsetzung. Als Trainer, Speaker und Jongleur hat er seit 1995 viele namhafte Firmen durch Kreativität, Know-how und Ergebnisse bereichert. Er ist Mitglied der GSA German Speakers Association und gehört zu den Top100-Entertainern bei Speakers Excellence. Weiterhin ist er Mitglied der auf „Gehirn-Wissen“ spezialisierten Akademie für neurowissenschaftliches Bildungsmanagement (AFNB) und Premium-Experte bei BrainGuide.

Stephan Ehlers präsentiert am 18. November 2017 auf dem B.C.B. Impulstag sein Unternehmen und ist nominierter Teilnehmer des „B.C.B. Awards 2017“.

Stephan Ehlers

FQL – Kommunikationsmanagement für Motivation, Begeisterung & Erfolg

Lannerstraße 5 | 80638 München

Telefon +49 (0)89 17 11 70 36

Telefax +49 (0)89 17 11 70 49

Mail:info@fql.de

www.fql.de und www.fql-akademie.de

Weltrekord am 17.09.17 in Minden anlässlich des Weltkindertages:

162 Jonglieranfänger lernten gleichzeitig von Stephan Ehlers und seinem Team in nur 20 Minuten das Jonglieren mit drei Bällen.

Marcus Seneca sagte schon: „Nicht weil es schwer ist, wagen wir es nicht, sondern weil wir es nicht wagen, ist es schwer.“

