

Umdenken, anders **DENKEN**

So finden Sie bei wichtigen Entscheidungen leichter neue Lösungen. Ein Erfahrungsbericht vom Change-Experten **Mag. Thomas Zobl**.

Unser Denken bestimmt unser Handeln, heißt es so schön. Wir leben in einer Zeit mit sehr hoher Veränderungsgeschwindigkeit, die an uns gestellten Anforderungen steigen stetig. Meistens verhalten wir uns im Lösen von Problemen in derselben Komplexität, wie wir es von unserer Außenwelt vorgelebt bekommen. Auch mangelt es uns an Flexibilität. Doch genau damit stehen wir uns selbst im Weg. Hier ein paar Anregungen für das „Denken in neuen Bahnen“:

Aufhebung vermeintlicher Polarität

Für uns gibt es nur die eine oder andere Lösung. Wir denken meistens Schwarz oder Weiß. In der Realität gibt es aber nicht die rein schwarze oder weiße Lösung. Es sind Grauschattierungen gefragt.

Sprengung mentaler Grenzen

Mentale Grenzen blockieren uns laufend: Wir neigen aufgrund gemachter Erfahrungen dazu, Regeln aufzustellen, die aber in neuen Situationen nicht mehr zutreffen und uns sogar behindern, an Probleme schneller und effizienter heranzugehen. Ziel ist es zu erkennen, dass eine mentale Grenze vorliegt. Dadurch wird Energie frei für ganz neue Ideen.

Analogien zu bekannten Größen

In anderen uns völlig neuen Situationen ist es – im Gegensatz zu mentalen Grenzen – wichtig, ganz bewusst auf Erfahrungen und gewohnten Mustern und Begrifflichkeiten aufzubauen, weil für uns sonst die Schwierigkeit der Aufgabenstellung zu Überforderung führt. Analogien

Probleme tragen in sich keine Leichtigkeit. Durch Anwendung kreativer Methoden gelingt es, wieder in den „Flow“ zurückzukehren. Mag. Thomas Zobl

führen zu einer Reduktion der erlebten Komplexität und helfen uns das Problem schneller anzugehen.

Fokussierte Problembeschreibung

Lösungen gelingen leichter, wenn eine klare Problembeschreibung vorliegt. Häufig wollen wir sofort Lösungswege entwickeln, ohne ausreichend analysiert zu haben, worin das Problem wirklich besteht. Je besser wir die Ursache für ein Problem ausgelotet haben, desto zielgerichteter können wir das Problem lösen. Es geht vor allem um eine klare emotionsfreie analytische Beschreibung des Problems in begrenztem Zeitumfang, um rechtzeitig den „Schwenk“ zur Lösung einzulenken. Denn sonst entsteht statt „Leichtigkeit“ problembehaftete Schwere.

Spielerische Kreativität

Probleme tragen – wie gerade beschrieben – in sich keine Leichtigkeit. Die Gefahr ist groß, in der „Schwere des Problems“ stecken zu bleiben. Durch die Anwendung kreativer Methoden gelingt es aber wieder in den „Flow“ zurückzukehren.

Wenn ein Lösungsansatz nicht funktioniert, ist es wichtig, keinen weiteren Zeitaufwand zu verlieren, sondern sofort die Energie zu nutzen, um neue Ansätze auszuprobieren. Es gilt immer, die Realität möglichst nahe abzubilden: Dinge verändern sich laufend, also müssen wir uns auch laufend anpassen.

Im Alltag, sowohl beruflich als auch privat, verschwenden wir viel Zeit damit, umständlich an Lösungen heranzugehen. Dabei ist es oft verblüffend einfach und ohne viel Aufwand möglich, komplexe Aufgabenstellungen zu meistern. Es geht um Leichtigkeit, den gewissen „Flow“. Genauso ist auch das von mir entwickelte Seminar entstanden. Ursprünglich ging es um Übungen, die in Seminaren zwischen durch als Auflockerung gedacht waren.

Über den Anstoß einer begeisterten Teilnehmerin entstand die Idee ein gesamtes Seminar zu entwickeln. Die Teilnehmer lernen auf spielerische Art und Weise in neuen Bahnen zu denken. Ein Highlight ist die Aufgabe, ein Flugobjekt durch ein enges Hindernis zu bringen. Ziel ist, die Teilnehmer für das Thema „Umdenken“ zu sensibilisieren. Durch diesen ungewöhnlichen Zugang wird es möglich, herausfordernde Situationen und Entscheidungen ohne große Anstrengung zu meistern.

Der spielerischen Annäherung über mehrere Übungen folgt ein Umsetzungsteil in die Praxis. Die gesammelten Erkenntnisse des Seminars werden gemeinsam mit den Teilnehmern zu „Erfolgsparametern“ verdichtet. Danach werden schwierige Alltags- bzw. Büro Situationen in Gruppen diskutiert. Ziel ist es die „Umdenk“-Erkenntnisse aus dem Seminar sofort mit eigenen herausfordernden Situationen und deren Bewältigung zu verknüpfen.

Den Abschluss des Seminars bildet ein innova-

tiver Teil, indem gezeigt wird, wie der Einsatz von Kreativitätsmethoden hilft, noch schneller und leichter an Probleme heranzugehen. Um kreativ zu sein, bedarf es aber auch des richtigen Zustands der „kognitiven Leichtigkeit“.

Kognitive Leichtigkeit

Der Kognitionspsychologe Daniel Kahneman spricht in diesem Zusammenhang von der kognitiven Leichtigkeit, die sich gut anfühlt, mühelos erscheint und dazu führt, stärker der eigenen Intuition zu vertrauen. Sind Sie hingegen angespannt, so strengen Sie sich stärker an bei dem was Sie tun, machen zwar weniger Fehler, sind aber weniger kreativ als sonst. (vgl. Kahneman Daniel, Schnelles Denken, langsames Denken, Seite 81 f.)

Mentales Loslassen

Umdenken heißt letztendlich sich im Loslassen zu üben und mental aufzuräumen. Dann sind die Gedanken frei und Neues kann ohne große Kraftanstrengung gelingen. ■

Mag. Thomas Zobl war viele Jahre in Unternehmen für die strategische Personalentwicklung verantwortlich. Sein Schwerpunkt liegt in der Begleitung bei Veränderungsprozessen.

Seminartipp: *Denken in neuen Bahnen – Ihr Vorsprung mit Mag. Thomas Zobl*
Termine: 2.11.2015 und 22.4.2016
Ort: *wko campus wien*

 **Klick!** www.zobl-consulting.at
 **Klick!** www.wifi.at/managementforum