

I.

Der Einfluss der Gesellschaft



Es war einmal ein Kaiser von unermessbarem Reichtum. Eines Tages rief er alle Weisen seines Landes zu sich und erteilte ihnen folgenden Auftrag. „Es soll auf dieser Welt einen ganz besonderen Ring geben. Wenn man traurig ist und ihn ansieht, macht er einen glücklich. Gleichzeitig jedoch macht er traurig, wenn man sich glücklich fühlt. Diesen Ring will ich besitzen. Geht hinfort und findet ihn.“ Lange Zeit beratschlagten sich die Weisen der Landes, wie sie diesen Ring wohl finden könnten. Aber letztenendes kamen sie doch zu keinem Ergebnis. In ihrer Not wandten sie sich schließlich an einen alten Mann, von dem gesagt wurde, dass sich ihm alle Geheimnisse dieser Welt offenbaren würden. Diesen Mann baten sie um Rat. Nach kurzem überlegen zog der alte Mann schweigend einen Ring von seinem Finger und gab ihn den Weisen. Er sagte „Unter dem Edelstein des Rings befindet sich ein Deckel. Sagt eurem Kaiser, dass er diesen Deckel nur öffnen darf, wenn er in größter Not ist und alles verloren scheint. Wenn sein Leid unerträglich und er selbst vollkommen hilflos ist. Denn nur dann wird er die Botschaft verstehen.“

Die Weisen des Landes nahmen den Ring voller Dank und kehrten zu ihrem Kaiser zurück. Dort angekommen übergaben sie den wunderbaren Ring dem Kaiser, mit den Worten des alten Mannes. Dankbar nahm der Kaiser den Ring an. Lange Zeit hielt sich der König an die Bedingungen des alten Mannes. Doch eines Tages wurde sein Reich angegriffen. Die Angreifer waren mächtiger als sein eigenes Reich und schon kurz darauf verlor er alles. Er floh aus dem Land, um wenigstens noch sein eigenes Leben zu retten. Doch die Feinde verfolgten ihm auf Schritt und Tritt. Als sein Pferd nach einer bereits sehr langen und anstrengenden Flucht zusammenbrach, musste er zu Fuß weitergehen. Doch auch seine Kraft ging mehr und mehr zuende. Als er schon das galoppieren der feindlichen Pferde hören konnte, erinnerte er sich in seiner schweren Stunde an den geheimnisvollen Ring. Mit zitternden Händen öffnete er den Deckel unter dem Edelstein und las die Botschaft, von der er sich so viel erhoffte.

„Auch das geht vorüber!!!“

Herkunft Unbekannt

Das zwischenmenschliche Zusammenspiel

Unser tägliches Leben ist ein ständiger Wechsel zwischen Erfolg und Misserfolg, Aktiv und Passiv, Sicherheit und Unsicherheit, Angriff und Verteidigung. Im Alltag pendeln wir immer zwischen solchen Gegensätzen hin und her. Es wird wohl nie vorkommen, dass wir immer nur Erfolg haben werden, aber ebenso wird wohl auch niemand ständig nur Pech haben. Leider ist es im Leben nicht möglich, Misserfolge und Rückschläge zu vermeiden. Deshalb ist es für uns alle das beste, möglichst jeder Niederlage auch etwas positives abzugewinnen. Egal ob Sie sich selbst für intelligent, schlau, gebildet, oder besonders selbstbewusst halten, Sie werden im Rückblick auf Ihr bisheriges Leben sicher feststellen, dass fast alles was Sie tun oft mehr von Ihren Gefühlen als von wohl überlegten Gedanken bestimmt wird. Selbstmitleid ist mitunter eines von diesen Gefühlen, welchem sich die Menschen scheinbar massenweise und vor allem leichtfertig hingeben. Zudem werden wir unbewusst von vielen gefühlsbeeinflussenden Lebensgrundsätzen, wie beispielsweise Gehorsam und Treue, Ordnung und Disziplin, Mut und Ehre, Gerechtigkeit und Ehrlichkeit, geprägt, welche unser tagtägliches Tun und Handeln entscheidend beeinflussen. Ob wir es wahrhaben wollen oder nicht, unser persönliches Verhalten wird maßgeblich von diesen uns vorgesetzten Lebensgrundsätzen bestimmt. Diese Lebensgrundsätze sind eine Art „Wunder Punkt“ unserer eigenen Person gegenüber den Mitmenschen die es Verstehen diese zielgerichtet einzusetzen. Jegliche zwischenmenschliche Kommunikation ist gespickt mit solchen manipulativen „Vernebelungspraktiken“, welche uns willenlos in eine von den anderen bestimmte Ecke drängen.

Unsere Sprache bzw. unsere Ausdrucksweise ist Grundvoraussetzung für eine von uns kontrollierte „gezielte Kommunikation“. Vor allem ein ausgeprägter und vielseitiger Wortschatz ist hierbei von großem Vorteil. Die daraus resultierende Redegewandtheit gibt uns die Möglichkeit, jeder noch so überzeugenden Willensbeeinflussung durch Kommunikationspartner widerstehen zu können. Im richtigen Augenblick das Richtige

sagen und richtigen Augenblick zuhören und schweigen ist ein entscheidendes Kommunikationsverhalten im täglichen Berufs- und Privatleben. Mitunter kann es auch manchmal sehr hilfreich für uns sein, nicht unter allen Umständen das zu sagen, was wir gerade denken und empfinden, sondern im Gegenteil gerade das, was uns unserem Ziel oder unseren Vorstellungen ein gehöriges Stück näher bringt.

Stellen Sie beispielsweise nicht auch immer wieder mal fest, dass es Menschen in ihrem täglichen Umfeld gibt, welche viel über ein Thema reden, jedoch eigentlich gar nicht so richtig wissen, was sie damit sagen wollen. Sie sprechen oft sehr lange über etwas, dass im Grunde genommen in ein oder zwei Sätzen gesagt werden könnte. Diese nicht enden wollende Flut von Wörtern und Sätzen lässt uns schon nach kurzer Zeit unaufmerksam werden und so verlieren wir auch mal schnell die Sicht für das Wesentliche. Manche Menschen beherrschen diese Kommunikationskunst so sehr, dass es ihnen möglich ist, wichtige und oft entscheidende Dinge vor uns zu verschleiern und zu verheimlichen. Solche Redekünstler finden wir in nahezu allen Lebensbereichen, von Politik und Wirtschaft über Glaubensgemeinschaften und kriminellen Organisationen bis hin zu Vorgesetzten und Verkäufern.

Es begegnen uns überall in der Gesellschaft immer wieder Personen, die von sich behaupten, sie würden offen sagen, was sie wirklich denken. Aber nicht selten ist genau das Gegenteil der Fall. Selbst unter guten Freunden kommt es hin und wieder zu solchen Verschleierungstaktiken, welche gerade dann sehr schmerzhaft sein können, wenn die eigentliche Wahrheit an tageslicht gebracht wird. Ob wir es hören wollen oder nicht, eigentlich leben wir alle in einem ständigen Gegensatz zwischen dem was wir denken bzw. möchten, und dem, was wir sagen bzw. tun. Einige von uns sind wahre Meister im Umgang mit diesen Gegensätzen und ehrlich gesagt kann es gelegentlich von großem Vorteil für uns sein, in gewissen Situationen auch einmal selbst davon gebrauch zu machen. Es gibt ein Sprichwort das besagt „*Der Ehrliche ist immer der Dumme*“, und irgendwie trifft es genau den Punkt in der ach so guten, scheinbar „heilen

Welt“, wo doch in Wirklichkeit fast immer gelogen, betrogen, verraten, verkauft und getäuscht wird.

Die Wertvorstellungen der Gesellschaft

Wenn Sie sich Ihre Mitmenschen einmal genauer und vor allem objektiver betrachten, werden Sie sicher schnell feststellen, wie sich die meisten Menschen gerade bei Vorwürfen und Schuldzuweisungen immer rechtfertigen wollen. Oder sie versuchen anderen Leuten die Schuld in die Schuhe zu schieben. Nicht selten nutzen Menschen nur diese zwei Formen der Selbstverteidigung. Etwas anderes kennen sie oft nicht oder vielleicht wollen sie einfach auch nicht einsehen, dass nun mal jeder von uns fehlbar ist. Doch leider sind gerade Schuldzuweisungen für viele das einzige Mittel der Verteidigung. Es ist eben oft der einfachste Weg, andere für Fehler Verantwortlich zu machen. Aber wenn es Lorbeeren zu ernten gibt, reißen viele Menschen alle Verantwortung lieben gerne an sich.

Menschen neigen dazu, alles um sie herum in richtig oder falsch einzuteilen. Jedoch sollten wir uns darüber im klaren sein, dass diese Einteilung nur in unseren Köpfen entstanden ist. Die Natur kennt keine menschlichen Einteilungen und Gesetze. Alles was wir sehen und beurteilen, hat demnach nur einen relativen Anschein. Den alles ist so, wie wir es sehen. Demnach gibt es auch keine wirkliche Objektivität. Und genau das sollten nun endlich auch mal die größten Zweifler unter uns begriffen haben. Spätestens mit der Entdeckung der Relativitätstheorie von Einstein konnte dies nämlich bereits belegt werden. Kennen Sie nicht auch das Sprichwort „*Wer lange fragt, geht lange irr*“. Es ist eben fasst schon ein ungeschriebenes Gesetz, dass man mit langer Fragerei letztlich meist nicht viel weiter kommt. Und in vielen Fällen sind die vermeintlich guten Ratschläge und Tipps von unseren Mitmenschen meist nur eine Art von Rechtfertigung ihrer eigenen Situation. Ob beruflich oder privat, selbst gut

gemeinte Tipps zeigen nur allzu oft den wunden Punkt, an dem die anderen bereits gescheitert sind. Sie sollten deshalb nach Möglichkeit niemals Ratschläge von Menschen annehmen, die nicht schon das haben oder das sind, wo Sie Ihrem Ziel nach hin wollen.

Viele Leute kennen sich aber leider im Privatleben ihrer Mitmenschen oft besser aus, als in ihrem eigenen. Sie haben stets einen besserwisserischen Ratschlag auf Lager, wissen immer was man anders machen könnte oder von was man lieber die Finger lassen sollte. Doch bei genauerem hinsehen stellen wir oft sehr schnell fest, dass gerade diese Leute meist selbst noch nie etwas größeres im Leben vollbracht haben. Lassen Sie sich deshalb niemals von anderen einreden, etwas zu tun oder etwas zu lassen. Denn gerade die Menschen, welche nicht mal das kleinste Risiko eingehen, sind oft eine bedauerlichen „Geisel“ Ihrer eigenen Grenzen werden.

Doch auch viele Eltern erziehen Ihre Kinder förmlich zur Unselbstständigkeit. Einerseits kommt dies sicher von einer gewissen Übervorsicht, andererseits nehmen Eltern ihren Kindern meist jegliche Entscheidung einfach ab. Leider vergessen sie dabei, dass die Kinder sich dadurch auch nicht weiterentwickeln können. Umso erschreckender ist es zu sehen, wie die später einmal selbst erwachsenen Menschen dann nicht die geringste Portion Selbstständigkeit mit auf den Lebensweg bekommen haben. Bei allem tun und handeln müssen weiterhin die Eltern zu rate gezogen werden. Wenn Probleme auftauchen, ist sind Papa und Mama immer gleich zur Stelle. Die erwachsenen Kinder sind förmlich nicht einmal fähig, eine einfache Reifenpanne zu beheben. Sicher ist es bestimmt nicht leicht, Kinder gerade am Anfang auch mal ins kalte Wasser zu schmeißen. Aber daraus lernen sie nun mal am meisten und vor allem am schnellsten. Manche Eltern sind auch vom Erfolg Ihrer Kinder sogar so besessen, dass sie viel zu viel Druck auf diese ausüben. Die Folgen können fatal. Sie reichen von seelischen Störungen über ein angeknackstes Sozialverhalten bis hin zu fehlendem Selbstvertrauen und fehlender Selbstständigkeit. Ich behaupte sogar, dass Kinder von selbstbewussten Eltern wesentlich antiautoritärer erzogen werden als Kinder von Eltern mit einem angeknacksten Selbstvertrauen. Und das deshalb, weil es

selbstbewusste Eltern eben nicht nötig haben, Macht in Form von Vorschriften und Regeln auf ihre Kinder auszuüben.

Auch unsere Mitwelt möchte uns täglich mit den unterschiedlichsten Dingen verlocken. Vieles wird uns oft so schmackhaft gemacht, dass wir leicht den Anschein haben, es sei für uns unentbehrlich. Die „Verführungspalette“ reicht von allen möglichen materiellen Dingen über einen Anstieg auf der Karriereleiter bis hin zum Verkaufen von Versicherungen. Jedoch besteht meist die eigentliche Bedeutung dieser verlockenden Angebote in dem Nutzen, den andere dadurch bekommen. Ob dieser Nutzen nun in Form von Geld, finanzieller und existenzieller Abhängigkeit oder im einbringen von zusätzlicher Arbeitsleistung besteht, in jedem Fall müssen wir immer einen Preis dafür bezahlen. Egal ob Sie es hören wollen oder nicht, meist sind wir alle nur Mittel zum Zweck für andere. Wer dies nicht erkennt und sich nur von den Wertvorstellungen der anderen verführen lässt, wird selbst bald nicht mehr wissen, was für ihn eigentlich zählt und wirklich wichtig ist.

Viele Menschen arbeiten Tag für Tag emsig wie die Ameisen. Mit vollem Einsatz und Elan erfüllen sie ihre Arbeitsaufgaben bzw. Befehle und dienen sozusagen mit bedingungsloser Aufopferung ihren Brötchengebern. Und am Ende wundern sie sich, dass sie letztlich doch mit leeren Händen da stehen und andere ihre hart erarbeiteten Lorbeeren ernten. Es klingt vielleicht etwas egoistisch, aber das Sprichwort „*Jeder ist sich selbst der Nächste*“ enthält in nur sechs Wörtern unendlich viel Menschenweisheit. Dieses Sprichwort war, ist und wird in unserer leistungsorientierten Gesellschaft leider immer mehr richtungsweisend sein. Denn leider tun Menschen nun mal instinktiv das, was ihnen am wenigsten Arbeit bereitet und den geringsten Widerstand aufweist. Und das geht am leichtesten, wenn man andere für sich arbeiten lässt. Wenn wir unser tun und handeln für andere nicht auch mal kritisch hinterfragen und ebenso blindlings wie engstirnig unser tägliches Arbeitspensum erfüllen, sind wir schnell sklavisches Opfer der Leute, die es verstehen, ihre Aufgaben abzuwälzen und andere für sich malochen zu lassen. Machen sie sich nicht zum Sklaven für andere und rücken Sie zukünftig die Dinge in den

Vordergrund, die ihnen selbst am wichtigsten sind. Verschenken Sie keine Zeit für die ausbeuterischen Machenschaften mancher Mitmenschen.

Doch mangelndes Selbstwertgefühl und persönliche Unsicherheit machen uns anfällig die Beeinflussung durch andere Menschen, welche uns nach ihren eigenen Wünschen formen und heranziehen wollen. Ob beruflich oder privat, vom Staat über Arbeitgeber bis hin zu Nachbarn, in fast allen Lebensbereichen wird uns eine scheinbare Sicherheit geboten. Selbst in Partnerschaften sowie in Freundes- und Bekanntenkreisen ist dies oft der Fall. Überall bekommen wir ein Gefühl von Sicherheit, Geborgenheit, Zuneigung und Unterstützung angeboten. Doch wehe dem, der sein Wort einmal gegen die anderen erhebt. Der läuft nämlich schnell Gefahr, all diesen heuchlerische Lebensstützen zu verlieren. So unglaublich es auch klingen mag, aber nur die wenigsten Menschen aus unserem täglichen Umfeld sind Leute, die ohne wenn und aber mit uns durch dick und dünn gehen und auch einmal konstruktive Kritik vertragen. Viele, manchmal noch so gut geglaubte Freunde, wenden sich schneller von uns ab, als uns lieb ist. So nach und nach wird sich der ein oder andere „tolle“ Freund und vielleicht auch „treue“ Partner sicher von uns trennen, wenn wir beispielsweise unverhoffter Dinge in ein niedrigeres soziales Umfeld abrutschen würden oder einen bestimmten Lebensstandard nicht mehr halten können.

Nehmen wir einmal an, Sie würden von Ihrem Chef einen verantwortungsvolleren und höherdotierteren Posten im Betrieb angeboten bekommen. Dieser neue Posten würde Sie auf der Karriereleiter ein gehöriges Stück weiter nach oben bringt. Die neuen Aufgabengebiete sind mit mehr Ansehen, Einfluss und natürlich auch mit mehr Geld verbunden. Doch der neue Job fordert eben auch mehr Arbeitsleistung, Verantwortung und nimmt vor allem auch mehr Zeit in Anspruch. Sollten Sie sich nun für die neue Position entscheiden, müssen Sie bedenken, dass Sie damit in eine gewisse „Abhängigkeits-Position“ hineinrutschen, welche sich mit zunehmendem Anstieg auf der Karriereleiter proportional weiter verstärkt. Sie müssen nun mehr kämpfen und viel mehr Stress ertragen um in dieser neuen Position bestehen zu können. Die Zeit für die wirklich schönen

Dinge im Leben wird zunehmend weniger werden. Sie werden wohl zukünftig kaum noch Zeit für ihre Familie, den Freundeskreis oder ihr geliebtes Hobby haben. Vor allem das zusätzlich verdiente Geld werden Sie wohl nie richtig genießen können, weil Ihnen einfach die Zeit zum ausgeben fehlen wird. Doch leider krankt die heutige leistungs- und stressorientierte Gesellschaft immer mehr an solch einem „Karriere-Syndrom“. Wir lassen uns heutzutage zu sehr von oberflächlichen Dingen wie Geld, Macht und Statussymbolen verleiten. Leider werden gerade die Stunden des Genießens und Relaxens zunehmend auf ein Minimum heruntergeschraubt oder sogar komplett unterdrückt. Fast jeder von uns lebt nur noch für die läppischen 5 bis 6 Wochen Urlaub im Jahr. Doch im Vergleich zu den restlichen 46 bis 47 Wochen Arbeitszeit, ist das ein sehr ernüchterndes und vor allem frustrierendes Ergebnis, wie ich meine.

Die Entscheidung sich den Maßstäben seiner Mitwelt anzupassen wird uns unbewusst dazu zwingen, das zu verdrängen, was unser Dasein wirklich bereichern würde. Die Leitgrundsätze der modernen Gesellschaft beeinflussen die meisten Menschen von uns weitaus mehr, als die innigsten persönlichen Lebensgrundsätze. Unsere Gesellschaft ist so sehr auf Leistung, Karriere und Hierarchiedenken programmiert, dass sich die meisten gar nicht mehr vorstellen können ein Leben in größtmöglicher Unabhängigkeit und nach den eigenen Zielsetzungen zu führen. Viele Menschen haben sogar ein solch großes Geltungsbedürfnis, dass sie am liebsten den ganzen Tag im Mittelpunkt stehen würden und ständig Bewunderung und Anerkennung der anderen ernten möchten. Solch ein Geltungsbedürfnis setzt diese Leute oft so unter Druck, dass sie mit allen Mitteln versuchen werden, mehr und mehr Prestige zu ernten. Denn leider ist für viele Menschen nun mal Bewunderung und Anerkennung viel wichtiger, als das Ausleben der innigsten persönlichen Wünsche und Träume.

Das Täuschen unserer Sinne

Schon die Geschichte lehrte uns des öfteren, dass es scheinbar ein leichtes ist, Menschenmassen für sich zu gewinnen. Oft geben sich unzählige Menschen, in allen Bereichen der Erde, den unterschiedlichsten Herrschaftssystemen bedingungslos hin. Von diktatorisch geführten Ländern und Regimen, über die unzähligen Glaubensgemeinschaften und kriminellen Organisationen bis hin zum menschenverachtenden Rassenhass. Das normale Volk ist scheinbar für alles und jeden zu begeistern. Es kommt eben nur darauf an, wie gut man die Massen täuschen und somit für sich gewinnen kann. Es ist eigentlich schon eine allseits bekannte Weisheit, dass eine Behauptung mehr und mehr an Glaubwürdigkeit gewinnt, je öfter diese vor den Zuhörern wiederholt wird. Dabei ist es leider unerheblich, wie viel Wahrheit eine Behauptung enthält.

Die Täuschung unserer Sinne durch das leichte Spiel der Propaganda. So funktionierte beispielsweise auch die politische „Volksverdummung“ im Dritten Reich. Und nach genau dieser Methode funktioniert auch jede Werbung auf Plakaten, in Zeitungen sowie in Funk und Fernsehen. All diese Medien verfolgen letztlich das gleiche Prinzip. Und schneller als uns lieb ist, sind wir dann bedingungslose Opfer von Werbewirtschaft, Glaubensgemeinschaften und Politik. Blindlings und kritiklos geben wir uns viel zu leicht und viel zu oft den willkürlichsten Behauptungen von guten Redner und Schmeichlern hin. Dies erklärt zum einen das schnelle verbreiten von Gerüchten, zum andern die Täuschung des Volkes durch Machthaber und Politiker. Mit zunehmender Zahl der Wiederholung einer Behauptung wächst letztlich die Bereitschaft, diese zu akzeptieren. Fast proportional dazu erhöht sich somit auch die Zahl der Empfänger, Mitstreiter und Weiterverbreiter.

Auch in der modernen westlichen Welt ist das Phänomen der Menschenbeeinflussung ein beliebtes Werkzeug um beispielsweise Wählerstimmen oder Kunden zu gewinnen. Die Bürger lassen sich oft leichtfertig durch falsche Versprechungen und Schmeicheleien von

Politikern und Verkäufern einwickeln. Von den Schlachtfeldern der Vergangenheit bis hin zur heutigen modernen Kriegsführung, die Heeresführer machen sich die leichte Beeinflussung des menschlichen Verstandes sehr zu nutzen. Sie locken mit Orden, Mutbetzeugnissen oder einem aufopferungsvollen Dienst fürs Vaterland. Doch letztlich bringen Heldentum, Mut und Verdienstorden den Opfern der Kriege reichlich wenig. Die einzigen die davon profitieren sind allein die Machthaber und Staatsmänner der Länder, welche Ihr „dummes“ Volk als Kanonenfutter benutzen. Eine zwar utopische aber dennoch nicht unkluge Redensart heißt bekanntlich „Stell' Dir vor es gibt Krieg und keiner geht hin“. Wenn die Menschen nach diesem Grundsatz handeln würden, gebe es auf der Welt einen dauerhaften Frieden. Jedoch wird das höchstens in unseren Träumen vorkommen. Den würden einige Menschen wirklich damit anfangen nach diesem Grundsatz zu leben, würden die Machthaber schnell mit Bestrafungen wie Freiheitsentzug, Verbannung, Folter oder Tod drohen.

Doch auch in anderen Bereichen unserer heutigen Gesellschaft sind Schmeicheleien oder Drohungen ein beliebtes Werkzeug um Menschen zu beeinflussen. In den unterschiedlichsten Lebensbereichen locken oder zwingen uns diese manipulativen Werkzeuge der menschlichen „Versklavung“ zu noch mehr Leistungen und Opfern für andere. Ob zwischen den Politikern und den Bürgern, den Arbeitgebern und den Arbeitnehmern, den Glaubensgemeinschaften und den Glaubensanhängern, den Verkäufern und den Konsumenten, den Lehren und den Schüler, den Eltern und den Kindern. Überall wo Menschen mit anderen Menschen kommunizieren und zusammenarbeiten begegnen uns die unterschiedlichsten Beeinflussungen der menschlichen Sinne. Gerade Schuldgefühle sind als Macht- und Beeinflussungsinstrument hervorragend zu gebrauchen. Denn leider neigen viele Menschen dazu, sich viel zu schnell schuldig zu fühlen. Selbst dann, wenn sie eigentlich gar keinen Grund dafür haben. Und genau das gibt anderen Möglichkeit, sich ihre Mitmenschen gefügig zu machen und diese nach ihrer Pfeife tanzen zu lassen.

Das Strickmuster des menschlichen Denkens

Die ureigenste Denkweise der Menschen ist bei nahezu allen gleich und äußerst einfach gestrickt. Wer beispielsweise Pech hat oder Unglücklich ist, bekommt bekanntlich von anderen Mitgefühl und tröstende Worte. Das sollte auch so sein, meinen Sie ?! Was aber wäre, wenn Sie Mitleid und Mitgefühl nur deshalb bekommen, weil andere froh sind, dass es ihnen selbst nicht so schlecht geht. Denn bekanntlich sagen Menschen nicht immer das, was sie meinen oder denken. Das erkennt man auch sehr gut daran, dass Glück und Erfolg eines Menschen bei anderen oft Neid und Ignoranz hervorruft. Die anderen denken dann meist sehr verbissen darüber nachdenken, warum ihr Gegenüber etwas hat, was man selbst nicht hat oder haben kann.

So irrsinnig es auch klingen mag, selbst andauernde gute Laune und eine gesunde Gelassenheit können den Neid und die Missgunst der anderen hervorrufen. Wer täglich gutgelaunt einer überwiegend muffeligen Mitwelt entgegentritt, macht die anderen schnell nachdenklich. Was könnte es wohl sein, was diesen Menschen so glücklich und zufrieden macht ?! Dieses trotzige und ignorante Verhalten wird noch verstärkt, wenn sie beispielsweise auf die versteckte Fragestellung „Mensch hast Du es gut ?!“ mit einem deutlichen „Ja, stimmt, mir geht es gut !!!“ antworten. Denn unsere Mitmenschen erwarten gewohnter Weise ein „Nein, stimmt nicht, Du hast es doch viel besser !!!“. Diese Antwort würde unserem Gegenüber nur wieder die Bestätigung geben, welche er so dringend für sein Ego bräuchte. Den die meisten Menschen würden am liebsten den ganzen Tag hören, dass es ihnen besser geht als anderen. Nach dem selben „Umkehr-Prinzip“ funktioniert es auch mit Mitleidforderungen von anderen, wie „Mir geht es ja so schlecht !!!“. Viele erwarten darauf mitleidige Worte. Doch stattdessen sollten Sie zu Antwort geben „Ja, Du hast recht, ich möchte auch nicht mit Dir tauschen !!!“. Kinder beispielsweise heulen und schreien bekanntlich öfter auch mal nur aus Trotz. Wenn sie dann aber nicht bemitleidet werden, hören die Kinder schnell wieder von selbst auf.

Und genau so ist es auch bei uns Erwachsenen. Wir jammern nur dann, wenn uns jemand zuhört.

Es ist Ihnen bestimmt auch schon einmal aufgefallen, dass sich die Menschen allzu gerne über alles und jeden beklagen. Manchmal kommt es einem sogar so vor, dass gerade das jammern über bestimmte Dinge den meisten Leuten Spaß zu machen scheint. Vielen Menschen kann man oft so gut wie gar nichts recht machen. Regnet es beispielsweise und ist es zudem noch kalt, jammern alle und hätten gerne mehr Sonne und Wärme. Scheint nun die Sonne über eine längere Zeit, dann sind die meisten dessen auch schnell wieder überdrüssig. Schnell jammern sie dann, dass sie die hohen Temperaturen nicht mehr aushalten und sich nach Regen sehnen. Manche Verhaltensweisen der Menschen sind eben irgendwie eigenartig, oder nicht?! Wenn Sie im täglichen Umgang mit Menschen einmal genau drauf achten, werden Sie sicher auch sehr schnell die ein oder anderen Widersprüche erkennen.

Lob und Anerkennung der Mitmenschen

Wir alle mögen die Anerkennung und die Sympathie unserer Mitmenschen. Gerade deshalb jammern viele Menschen nur zu gerne über ihre vermeintlich schlechte Situation, meist unter dem Vorwand, bei anderen Hilfe zu suchen. Wenn diese Leute von ihren Problemen und Schicksalen erzählen, erhalten sie jedoch statt Anerkennung höchstens eine Portion Mitleid. Darum müssen wir aufpassen, dass wir uns nicht darauf fixieren, die Anerkennung und die Sympathie der anderen nicht in Form von Mitleid zu bekommen. Viel wichtiger ist es, sich die nötige Anerkennung und Sympathie in Form von Respekt und Achtung zu erarbeiten.

Wenn Sie in Ihrer Vergangenheit schon mal einem Problem oder der Verwirklichung eines Wunsches aus dem Weg gegangen sind, haben Sie sicherlich auch eine glaubwürdige Ausrede für Ihr nicht handeln vorgeschoben. Ein Grund dafür, eine Ausrede zu finden, liegt darin, dass wir vor allem die Anerkennung unserer Mitmenschen wahren wollen. Manche Leute haben sich in Sachen Ausreden schon zu regelrechten Meistern entwickelt. Oft sogar wird viel mehr Energie bei der Suche nach einem passenden Alibi verbraucht, als für die Bewältigung des eigentlichen Problems. Manche Leute prahlen auch gerne mit Dingen, die sie selbst gemacht haben sollen, denen sie jedoch in Wirklichkeit aus dem Wege gegangen sind. Die Bewunderung der anderen soll hierbei wenigstens der Ersatz für ihre verpassten Chancen sein. Deshalb täuschen sie etwas vor, was bei den anderen Menschen dann Bewunderung auslöst. Sollten die Mitmenschen jedoch einmal solch eine Täuschung durchschauen, dann werden diese geltungsbedürftigen Menschen mit Sicherheit auch so schnell nicht mehr für voll genommen werden. Im nachhinein werden diese Leute vielleicht sogar Verachtung ernten. *„Wer einmal lügt, dem glaubt man nicht, und wenn er doch die Wahrheit spricht“* heißt es doch immer so schön. Und genau deshalb lohnt es sich eben nicht, mit Luftschlössern anzugeben.

Vielmehr sollte man in Zukunft seine Probleme und Vorhaben selbst in die Hand nehmen, statt immer nur Ausreden für etwas zu suchen, was man nicht gemacht hat. Zum einen ist man dann nicht mehr auf die Anerkennung der anderen angewiesen und zum anderen wird das eigene Selbstvertrauen noch zusätzlich gestärkt. Denn Sie wissen dann selbst, was Sie können und was Sie geleistet haben. Somit haben Sie die Bewunderung der anderen auch nicht mehr nötig. Dies gibt einem die innere Zufriedenheit, zu wissen, dass man etwas selbst geschafft hat. Ob es den anderen gefällt oder nicht ist dabei völlig unerheblich und ändert auch nichts mehr an der von Ihnen vollbrachten Tatsache. Man sollte sich deshalb niemals von den Beurteilungen anderer verunsichern lassen. Auch auf besserwisserische Ratschläge von anderen sind wir ebenso wenig angewiesen. Sowieso sollte man eine scheinbare Anerkennung und

vermeintlich gute Tipps von anderen stets mit Vorsicht genießen. Denn die Beurteilungen unserer Mitmenschen können sehr viele Gesichter haben.

Ein Arbeitgeber oder Vorgesetzter kann beispielsweise mit Anerkennung und Schmeichelei bei seinen Mitarbeitern eine für ihn nützliche Arbeit erreichen. Er wird einem dann eventuell vorschmeicheln, wie gut oder toll man etwas gemacht hat. Doch solch ein heuchlerisches Lob wird oft gleichzeitig durch ein „Aber“ abgemildert. Damit will er verhindern, dass man die entgegengebrachte Bestätigung zu sehr auskostet. Denn es könnte ja sein, dass zuviel Anerkennung die zukünftigen Leistungen der Untergebenen einschränkt. Und ein, durch Lob und Anerkennung, gestärktes Selbstwertgefühl des Mitarbeiters, könnte ja früher oder später auch seine eigene Autorität untergraben und ihm sogar Paroli bieten. Um nun zukünftig die Arbeitsleistungen noch weiter anzukurbeln, lobt er einen ganz bewusst nur in Verbindung mit einer anschließenden Abschwächung seiner positiven Äußerungen.

Kritik und schlaue Worte

In jedem von uns schlummert ein mehr oder weniger ausgeprägtes Verlangen nach Sicherheit und Halt. Jeder Mensch in unserer Gesellschaft sucht in seinem Leben etwas, woran er sich festhalten kann. Ob nun Arbeiter, Angestellter oder Arbeitgeber. Für die einen kann es beispielsweise die Arbeitsstelle oder ein wichtiger Mensch sein. Für die anderen ist es vielleicht eine der Halt in einer Glaubensgemeinschaft oder in einer Funktion als Vereins- oder Parteimitglied. Doch viele klammern sich oft auch nur an eine beherrschende Rolle als Vorgesetzter oder eine Dienstuniform mit Rangabzeichen. Und gerade dies ist eine Sicherheit, hinter der so mancher seine Schwächen verbirgt. Viele berufen sich nämlich sehr schnell auf ihre autoritäre Stellung, wenn sie sich angegriffen fühlen und selbst nicht weiter wissen. Der ein oder andere wird vielleicht

seine Machtstellung auch völlig gegenüber den Untergebenen ausnutzen, nur um seine eigene Unfähigkeit oder Schwäche zu verbergen. So kann er sich dann den nötigen Respekt der anderen zurückholen. Denken Sie aber zukünftig daran, dass hier, ebenso wie in vielen anderen Lebensbereichen, immer zwei Menschen dazugehören. Einer, der seine Macht ausspielt und einer, der es mit sich machen lässt.

Ob im Job oder in der Freizeit, überall gibt es Leute die es nötig haben, Ihre eigene Unsicherheit dadurch zu überspielen, indem Sie andere Sachen oder Personen kritisieren und deren Handlungen schlecht reden. Jeder von uns hat sicher schon solche oder ähnliche Menschen kennen gelernt. Doch eines ist dabei meist sehr auffällig. Denn von solchen „Klugschwätzern“ werden immer nur Dinge schlecht gemacht, welche sie selbst nicht verantworten müssen. Haben Sie sich nicht auch schon öfter einmal gedacht, wie perfekt doch unsere Welt wäre, wenn nur ein Bruchteil solcher besserwischerischen Ratschläge der anderen umgesetzt werden würde. Solche Leute machen scheinbar niemals Fehler. Immer sind die anderen Schuld.

Die meisten Autofahrer können ja sowieso nicht fahren und die Profifußballer spielen meist so schlecht, dass man es selbst hätte besser machen können. Ist dass das Wetter im Urlaub schlecht, hätten das solche Leute bestimmt auch schon im voraus gewusst. Doch bekommen die größten „Besserwisser“ schnell auch mal einen Denkkzettel, wenn sie wieder mal selbst erfahren müssen, dass auch sie keine Lösung für ein läppisches, kleines Alltagsproblem finden können. Wie heißt es immer so schön *„Der, der ohne Sünde ist, werfe den ersten Stein“* oder *„Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen“*. Bevor wir selbst wieder einmal versuchen, über die Leistungen anderer herzuziehen, sollten wir uns solche oder ähnliche Sprichwörter einmal zu Herzen nehmen,

Lasse Dich nicht benutzen

Wir alle reagieren meist so, wie unsere Mitmenschen auf bestimmte Dinge auch reagieren würden. Das grobe Verhaltens- und Reaktionsmuster der Menschen ist nun mal bei allen gleich. Leider haben wir es uns im Laufe unseres Lebens angewöhnt, ohne größeres Überlegen oder Hinterfragen nach allgemeinen Verhaltens- und Reaktionsmustern zu reagieren. Warum reagieren wir beispielsweise auf Angriff mit Verteidigung, Rechtfertigung oder Gegenbeschuldigungen? Warum haben wir so viel übertriebenen Respekt vor autoritären Personen? Warum kritisieren wir das Fehlverhalten anderer Menschen? Dieses einfach gestrickte Reaktionsmuster ist ein Vorteil für diejenigen, die es verstehen und anwenden können. Unsere Handlungen und die Handlungen unserer Mitmenschen sind im Grunde sehr leicht zu beeinflussen. Denn all unser Denken und Handeln ist in den meisten Fällen genauso vorhersehbar wie berechenbar. Wenn wir dieses Reaktionsmuster verstehen und anwenden können, dann ist es ein leichtes Spiel für uns, unsere Mitmenschen im täglichen Zusammenleben zu verblüffen und auflaufen zu lassen. „**Tun Sie das Gegenteil von dem, was man von Ihnen erwartet!!!**“ Das Gegenteil von dem tun, was man von uns erwartet heißt, nicht so zu antworten oder zu reagieren, wie es normalerweise den Anschein hat.

Kennen Sie die Situation, wenn Sie an Ihrem Arbeitsplatz gerade eine Pause machen um sich kurz zu entspannen. Und plötzlich reißt ein Arbeitskollege die Zimmertüre auf und stürzt wie von einer Beine gestochen unter extremer Anspannung herein. Dieser Kollege gehört zu den Menschen, die kein Innehalten kennen und sich sogar die Mittagspause verkneifen. Jene eigenartige Menschenart, die immer versucht allen anderen zu zeigen, wie unersetzlich ihre Schaffenskraft, wie ungebrochen ihr Tatendrang und wie wichtig gerade ihre Tätigkeit ist. Nehmen wir an, dieser hektische Kollege bittet sie um Ihre Mithilfe. Aber für Sie ist es in diesem Augenblick eigentlich viel wichtiger, Kraft zu schöpfen um nach der Mittagspause erholt weiterarbeiten zu können. Und eigentlich haben Sie auch gar keine Lust diesem Kollegen zu helfen. Aber

Sie tun es wahrscheinlich trotzdem. Zum einen, weil es Ihnen sicher schwer fällt, „*Nein*“ zu sagen. Zum anderen, weil Sie tatsächlich davon überzeugt sind, dass er Ihre Hilfe wirklich nötig hat. Denn die Art und Weise wie der Kollege voller Hektik und am Rande eines Herzinfarktes Ihr Zimmer gestürmt hat, erweckt in Ihnen den Eindruck, dass hinter all dieser Panik doch etwas sehr wichtiges stecken muss.

Viel zu oft aber kommt solch eine Hektik und übertriebene Betriebsamkeit von einer schlechtern Organisation der Arbeitsabläufe. Viele Mitarbeiter machen sich nämlich erst während einer Tätigkeit die nötigen Gedanken, wie die Handlungsschritte und die zeitlichen Abläufe einzuteilen sind. Oft aber auch nehmen viele aus Angst und übertriebenem Respekt gegenüber ihren Vorgesetzten jede noch so läppische und unwichtige Arbeit an. All das, in Verbindung mit einer erbsenzählerischen, pingeligen und kniefiesseligen Genauigkeit lässt diesen Leuten dann kaum noch Zeit um das eigentlich wichtige Arbeitspensum zu schaffen. Diese Art von Kollegen packt anstehende Arbeiten meist so an, wie sie ihnen im ersten Augenblick als sinnvoll erscheinen. Wenn sie dann kurze Zeit später erkennen, dass sie mit ihren anfangs unüberlegten Handlungsschritten nicht sehr weit kommen, geraten sie schnell in übertriebene Hektik und panikartige Betriebsamkeit. Durch die nun zunehmend hastigeren und unkontrollierteren Arbeitsabläufe schleichen sich schnell auch noch Fehler ein. Und ein stetig ansteigender Zeitdruck trägt vielleicht noch sein übriges dazu bei.

Und gerade dann, wenn solche Leute nicht mehr fähig sind, Ihre Probleme und Arbeitsaufgaben in den Griff zu bekommen, suchen sie in ihrer selbstverschuldeten Not nach gutmütigen Mitmenschen, die ihnen ein Stück ihrer hektischen Betriebsamkeit abnehmen. Solche scheinbar unter Dauerstrom arbeitenden Menschen erwecken auf Vorgesetzte und Kollegen schnell den fälschlichen Eindruck, sie würden mehr, besser und vor allem schneller Arbeiten als anderen. Aber leider erkennen nur die wenigsten, dass oft genau das Gegenteil der Fall ist. Kennen Sie in ihrer täglichen Umgebung nicht auch solche Leute, die sich nicht mal den kleinsten Augenblick Ruhe gönnen und bei denen man den Knopf zum

ausschalten vergebens sucht. Diese Art von Menschen hat man meist noch nie ohne Arbeit gesehen und offenbar ist es für sie auch besonders wichtig, sich ständig unter Dauerstrom zu halten. Doch hüten sie sich davor, sich von solch neurotischen Hektikern anstecken zu lassen. Sie Schaden Ihrer Gesundheit dabei mehr als Ihnen lieb ist. Und das ist doch nun wirklich kein falscher Fleiß und keine übertriebene Mühe wert. Denn im nachhinein interessiert es sowieso niemanden, wenn Sie mit Herzattacke oder Nervenzusammenbruch in der Klinik landen.

Wenn Sie jetzt trotzdem noch Schwierigkeiten haben, „*Nein*“ zu sagen, dann bleibt Ihnen nur zu wünschen, dass Sie überhaupt noch Ihr eigenes Arbeitspensum schaffen. Denn jede wertvolle Minute, die Sie für einen offenkundig unfähigen Kollegen opfern, fehlt Ihnen nachher bei den wirklich wichtigen Dingen. Und denken Sie daran, wie schön es sein kann, nach getaner Arbeit auch mal ehr den Arbeitsplatz zu verlassen. Sollen sich die strebsamen Schleimer doch schauen, wie sie mit ihrem selbst verursachten Wust zurechtkommen und wie weit Sie letztlich mit Ihrer Erbsenzählerei kommen. Sicherlich keinen Millimeter weiter als Sie. Doch nur mit dem Unterschied, dass Sie während dessen schon mal den wohlverdienten Feierabend genießen können.

Aber viele Menschen leben einfach immer noch nach dem Irrglauben, dass tausende Nebensächlichkeiten eine einzige wichtige Sache ersetzen kann. Dies kommt daher, dass die meisten Leute der fälschlichen Annahme sind, alles was sie tun sei von unendlich großer Wichtigkeit. Oft sogar nehmen diese Art von Menschen gleich mehrere Funktionen, Verpflichtungen und zusätzliche Arbeiten in Politik, Wirtschaft oder Vereinen an. Getreu dem Motto „Ich bin wichtig, weil ich überall augagierte bin“. Doch leider erkennen diese Leute nicht, dass Ihre „Multiaktivität“ keine Zeit mehr für andere Dinge lässt. Und irgendwann wachen sie dann auf und ihr eigentliches Leben ist schon fast vorbei. All die Jahre haben sie den Kopf für andere hingehalten und jetzt ist die schönste Zeit des Lebens bereits vorbei. Lassen Sie es nicht so weit kommen und tun Sie einfach nur das, was Ihnen wichtig ist.

Menschen folgen immer der Masse

Der überwiegende Teil der Menschen handelt bekannterweise nicht aus Überlegung und Einsicht, sondern wird durch Emotionen und spontane Gefühlsregungen. Deshalb geben sich die meisten Menschen auch leichtgläubig und kritiklos allen schmeichelhaften und dominanten Rednern hin. Selbst wenn sich deren täuschende und fälschlichen Worte einander noch so widersprechen. Die Masse der Menschen lässt sich nun mal sehr schnell für dumm verkaufen. Selbst wenn einem das blaue vom Himmel heruntergelogen wird, die meisten Leute suchen und finden immer ein Stück, an das man glauben kann. Je mehr wir anderen die Kontrolle über unsere eigenen Wertvorstellungen hingeben, desto mehr schwindet unsere persönliche Eigenverantwortung. Und so kann man uns dann unüberlegt und blindlings zu Taten und Verhaltensweisen animieren, welche uns mit gesundem Menschenverstand nie in den Sinn kommen würden.

Mit solch einer leichtgläubigen und kritiklosen Bevölkerung hat auch die Konsumindustrie ein leichtes Spiel. Wie reagieren Sie beispielsweise, wenn man Ihnen beim Einkaufen kostenlos ein „Versucherli“ anbietet und Sie dann noch in ein kurzes Verkaufsgespräch verwickelt? Die meisten Leute würden sich daraufhin sogar eine Packung des neuen Produktes kaufen, nur um den aufdringlichen Diskussionen des Verkäufers schnellstmöglichst zu entgehen. Dabei kommt es nicht mal darauf an, ob der Kunde das neue Produkt überhaupt möchte oder nicht. Vielen fällt es einfach schwer, auch mal „Nein“ zu sagen. Dabei würde doch ein „Nein“ viele dieser Manipulationsversuche schon im Keim ersticken. Und unerwünschte Diskussionen wären bereits im Vorfeld abgeblockt. Aber leider stellen sich nur die wenigsten von uns selbst auch mal die Frage, ob dies oder jenes überhaupt zu den eigenen Vorstellungen und Denkweisen passt. Ohne wenn und aber wird einfach schnell und unüberlegt irgend einem neuen Trend gefolgt. Aber das ist nun mal leider so. Die Masse der Menschen folgt oft blauäugig und ohne nachzudenken auch den sinnlosesten Dingen. Stellen Sie sich nur mal vor, Sie stehen mit anderen

Fußgängern an einer roten Ampel. Alle warten geduldig auf grün. Doch dann entscheiden Sie sich bei rot die Straße zu überqueren. Was glauben Sie, wie lange es dauert bis Ihnen die anderen folgen? Viel zu oft werden wir alle zu Dingen verführt, die wir eigentlich gar nicht tun wollen. Und anschließend ärgern wir uns dann, weil wir uns haben überreden lassen.

Ein Individualist und gesellschaftskritischer Mitbürger ist hier nicht gern gesehen und wird schnell auch mal als Außenseiter abgestempelt. Ob politische Gesinnung, Glaubensrichtung, gesellschaftliche Fragen oder Trends. Wer der Masse nicht folgt, ist in den Augen der anderen ein Sonderling. Wir wollen es zwar nicht wahrhaben, aber der Mensch ist nun mal zu allem fähig. Besonders dann, wenn es um seinen eigenen Vorteil geht. Deshalb sollten Sie immer bedenken, dass fast keiner unserer Mitmenschen auch nur das geringste Interesse daran hat, uns zu unserem eigenen Glück zu verhelfen, wenn er es stattdessen auch selbst haben könnte. Egal welche guten Tipps und Ratschläge Sie von anderen bekommen, machen Sie sich in jedem Fall selbst erst mal ein Bild von den Dingen. Entscheiden Sie, was gut und was schlecht, was schön und was hässlich, was notwendig und was überflüssig ist. Nur so können Sie auf Dauer den alltäglichen Manipulationsversuchen, von Politikern, Arbeitgebern, Kollegen oder Verkäufern ausweichen. **„Entscheide Du, sonst tun es andere“**. Vor allem dann, wenn es um Dinge geht, die Ihnen sehr am Herzen liegen. Ob im Beruf oder in der Freizeit, lassen Sie sich keinesfalls durch Versprechungen, Schmeicheleien oder sogar Drohungen beeindrucken.

Viele Menschen arbeiten einfach nur, um möglichst viel Geld zu verdienen. In unserer modernen Gesellschaft identifizieren sich die meisten Leute nur noch über ihre Arbeit, ihr Gehalt oder ihre Statussymbole. Sie leben nur noch für Arbeit und Karriere. Doch das Ziel, finanzielle Freiheit und Wohlstand zu erlangen, ist allein mit viel Arbeit fast unmöglich. Denken Sie daran, Arbeitszeit ist Lebenszeit. Unter dieser Sichtweise erscheinen beispielsweise berufliche Schwierigkeiten als belanglose Nichtigkeit. Es lohnt sich auf Dauer einfach nicht, sich in solche Dinge hineinzustressen. Selbst dann nicht, wenn so manch

erbsenzählender Vorgesetzte die ein oder andere Kleinigkeit für besonders wichtig hält. ***Sie leben Ihr Leben und nicht das der anderen!!!***

„Gleich und Gleich gesellt sich gern“ lautet ein altbekanntes Sprichwort. Ein anderes wiederum besagt „Gegensätze ziehen sich an“. Welches der beiden trifft aber nun im täglichen Leben eher zu? Findet man in Paarbeziehungen noch öfter mal die Grundzüge der Gegensätzlichkeit, so wird man in der Berufswelt unter Arbeitskollegen sowie in der Freizeit unter Freunden meist gleichgesinnte Gruppen vorfinden. Sie kennen sicher auch den alten *Spruch* „***Sag mir, mit wem Du Dich umgibst, und ich sage Dir, wer Du bist***“. Wie sollte beispielsweise ein sportlicher Mensch seine aktive Freizeit mit einem unsportlichen Menschen verbringen? Wahrscheinlich ebenso wenig wie ein Workaholic mit einem Lebenskünstler. Deshalb werden auch zukunftsorientierte, kreative und weltoffene Menschen wohl eher gleichgesinnte anziehen und sich umgekehrt auch nur zu solchen hingezogen fühlen. Das selbe Strickmuster ist bei engstirnigen, erbsenzählerischen Spießbürgern zu finden. Meist werden auch diese nur von Gleichgesinnten umgeben. Das sich von Zeit zu Zeit die Wege gegensätzlich denkender Menschen kreuzen, lässt sich im Leben wohl nie vermeiden.

Aber eines haben dennoch fast alle Menschen gemein. Und das ist die Tatsache, etwas besonderes sein zu wollen. Deshalb orientieren sich fast alle Menschen an materiellen Dingen und Werten, die ihnen dazu verhelfen sollen, sich von der Masse abzuheben und in den Augen ihrer Mitmenschen als etwas besonderes zu gelten. Doch eigentlich ist es nur ein kleiner Schritt, um anders als die Masse zu sein. Wenn man lernt, seinen eigenen weg zu gehen und nicht einfach blind der Masse folgt, dann ist man eigentlich schon etwas besonderes. Nach seinen eigenen Vorstellungen zu leben und anders zu denken und zu handeln wie die Masse, ist Ausdruck einer selbstsicheren Persönlichkeit.

Lassen Sie sich nicht von der Masse beeinflussen, sondern gehen Sie stets Ihren eigenen Weg. Treten Sie auch mal aus der Masse heraus und handeln Sie unbeeinflusst von anderen. Doch die meisten Menschen leben leider

immer noch nach dem, was andere ihnen vorschreiben. Haben Sie einfach auch mal Mut zum Risiko, selbst wenn alle sagen „Das klappt bestimmt nicht“ oder „Das hat doch noch nie jemand geschafft“. Nehmen Sie gerade das Unmögliche als Ansporn. Ob berufliche Vorhaben, private Zukunftspläne oder risikoreiche Geldanlagen. In den meisten Lebensbereichen können Sie oft nur dann Veränderungen herbeiführen, wenn Sie auch mal anders denken und handeln als der „Otto-Normal-Verbraucher“. Die genialsten Erfindungen, das erfüllteste Leben oder der größte Reichtum. All diese Dinge wurden sicherlich nicht dadurch erreicht, dass man immer nur streng nach den Regeln und Vorstellungen der Masse gehandelt hat.

Doch die Masse der Menschen lässt sich eben sehr leicht gegenseitig beeinflussen. Das heißt, die Masse der Menschen bestimmt, was Wahrheit und was Lüge ist, unabhängig vom wirklichen Wahrheitsgehalt. Es ist allein die Zahl der Anhänger wichtig. Ein einzelner Mensch ist vielleicht in der Lage vernünftige, objektive und unvoreingenommene Entscheidungen zu treffen. Sobald aber ein oder mehrere Leute an einer Entscheidung beteiligt sind, ist eine objektive Aussage meist nicht mehr möglich. Denn die Menschen lassen sich untereinander zu sehr von sich beeinflussen. Alle manipulieren sich gegenseitig und zum Schluss wird ein Kompromiss gefunden, der dann meist nicht mehr objektiv und unvoreingenommen ist. Es ist deshalb völlig egal, ob Sie nun eine bestimmte Anzahl an gebildeten Menschen oder die gleiche Anzahl ungebildeter Menschen in einen „Sack“ stecken. Die Möglichkeit, unvernünftige und dumme Entscheidungen zu treffen ist in beiden Fällen nahezu gleich. Intellektuelle Menschen könnten demnach das Unheil der Welt ebenso herbeiführen, wie es weniger intellektuelle Menschen auch können.

Die Verantwortung anderer Menschen

In allen Bereichen der Arbeitswelt gibt es Menschen, die verantwortungsvolle und gut bezahlte Positionen besetzen. Doch oft sind nur die wenigsten den hohen Anforderungen auch wirklich gewachsen. Viele Leute werden beispielsweise aufgrund Ihrer beruflichen Laufbahn früher oder später automatisch in bestimmte Positionen befördert oder hochgelobt, obwohl sie selbst nicht das geringste dazu beigetragen haben. So kommt es manchmal auch vor, dass hochdotierte und einflussreiche Posten von Leuten besetzt sind, die nicht fähig sind, auch nur die geringste Verantwortung zu übernehmen. Am weitesten kommt heutzutage leider meist derjenige, der es versteht, Erfolge für sich zu verbuchen und Misserfolge anderen in die Schuhe zu schieben. So etwas kann aber auch nur dann von jemandem für Geld und Karriere ausgenutzt werden, solange es Menschen gibt, die alles mit sich machen lassen und nicht rechtzeitig solche heroischen und eigennützigem Machenschaften zu bekämpfen.

Lernen Sie deshalb, selbst schnelle Entscheidungen zu treffen und Verantwortung zu übernehmen. Und sollten Sie einer Verantwortung einmal nicht gewachsen sein, dann lehnen Sie diese lieber schon im Vorfeld ab. Bei Fehlschlägen und Niederlagen sollten Sie die Ursachen erst einmal bei sich selbst suchen. Haben Sie den Mut, Entscheidungen selbst zu treffen und selbst zu verantworten. Wenn Sie zukünftig Ihr tun und handeln selbst verantworten, werden Sie bald nie mehr auf Lob und Tadel der Mitmenschen angewiesen sein. Auf diese Weise werden Sie selbst aus Misserfolgen dann immer noch einen Nutzen ziehen können. Auch wenn es nur die Erfahrung ist, eine falsche Entscheidung beim nächsten Mal anders zu treffen.

Bleibe bei Deiner Meinung

Tagtäglich sind wir den unterschiedlichsten zwischenmenschlichen Konflikten und Diskussionen ausgesetzt. Überall müssen wir unsere Meinung äußern und uns auf einen Standpunkt festlegen. Dabei versucht jeder Diskussionspartner uns direkt oder indirekt zu beeinflussen, indem er uns eine andere Meinung aufzudrängen oder uns umzustimmen will. Unsere kritische Urteilsfähigkeit soll möglichst stark eingeschränkt werden. Allzu leicht kann unser eigentlicher Standpunkt auch mal aus der Bahn geworfen werden. Doch in der Regel sollte die eigene Meinung unser Leben bestimmen. Alles was wir tun oder was wir sind, ist ein Resultat unserer Meinungsbildung. Ob glücklich oder unglücklich, ob zufrieden oder unzufrieden, ob stressfrei oder gestresst, fast alles hängt davon ab, ob wir fähig sind unsere Entscheidungen richtig zu treffen. Und unsere Entscheidungen resultieren eben immer aus unseren Meinungen. Damit wir gute Entscheidungen treffen können, müssen wir unsere Standpunkte genau kennen und wissen was wir wirklich wollen. lassen Sie sich deshalb wichtige Entscheidungen niemals von anderen abnehmen. Denn die meisten unserer Mitmenschen sind leider nur daran interessiert, nach ihre eigenen Vorteile zu entscheiden.

Auch treffen viele Menschen Ihre Entscheidungen meist zu spontan und zu unüberlegt nur für den momentanen Augenblick. Sie machen sich keine Mühe, Ihre Entscheidungen nach einem für und wieder abzuwägen. Oft sind sie blind für die eigentlichen Zusammenhänge. Und deshalb machen sie ihre Zustimmung oder Ablehnung von einer momentanen Stimmungslage abhängig. Oder es kann auch ein kleines, unwichtiges Detail sein, das andere zu vorschnellen Entscheidungen bewegt. Schon kurze Zeit später sind sie wieder ganz anderer Meinung sein. Vor allem dann, wenn vielleicht ein neues Detail noch mehr an Bedeutung gewonnen hat. Leider neigen die Menschen nun mal zur Wankelmütigkeit. Heute so und Morgen so. Jeder möchte sich möglichst viele Optionen offen halten, um nach allen Seiten ausweichen zu können. Verantwortung und eindeutige Meinungen sind für viele ein Fremdwort. Manchmal liegt es

auch an der Angst, etwas falsch zu machen oder ungünstige Entscheidungen zu treffen. Der eigentliche Vorgang der Entscheidungsfindung dauert in der Regel nur wenige Sekunden. Die eigentliche Entscheidung ist zwar schnell getroffen, jedoch dauert es oft sehr lange bis diese in die Tat umgesetzt wird. Lernen Sie, zukünftig auch mal schnelle Entscheidungen zu treffen. Denn eine hundertprozentig sichere Entscheidung gibt es nur für den, der keine Entscheidung trifft.

Die Maßstäbe und Urteile der Mitmenschen

Die meisten Leute beurteilen die Mitmenschen nur nach ihren Leistungen, die sie in unserer Gesellschaft erbringen. Wer fleißig und erfolgreich ist, bekommt Anerkennung und Respekt. Wer hingegen faul und erfolglos ist, erntet oft Spot und Verachtung. Viele denken, sie müssten sich die Anerkennung und den Respekt ihrer Mitmenschen durch immer höhere Leistungen und immer größeren materiellen Reichtum erarbeiten. Mein Auto, Mein Haus, Mein Geld, Mein Gehalt, Meine Position. Aber beurteilen wir selbst nicht auch manchmal unsere Mitmenschen nach ihrer Kleidung, ihren Statussymbolen und anderen materiellen Dingen. Welche Marke? Wie teuer? Wie extravagant? Besitzt einer viel, hat er Erfolg und ist demnach auch glücklich, ist meist unsere oberflächliche Vorstellung.

Doch durch den ständigen Wettlauf um Prestige, Statussymbole und Macht geraten viele Menschen in eine Leistungsspirale, die ihre eigentlichen Möglichkeiten oft weit übersteigt. Durch ständiges beweisen und prallen mit immer schöneren, teureren, und prestigeträchtigen Dingen, verlieren viele Menschen auch schnell den Bezug zur Realität. Wir alle machen uns heutzutage so sehr von den Urteilen der anderen abhängig, dass wir unsere eigenen Wünsche und Bedürfnisse förmlich verdrängen. Wir setzen die Maßstäbe der anderen bei uns und unseren Vorstellungen an, ohne darüber nachzudenken, was uns selbst eigentlich lieber wäre. Vieles ist auch nur

deshalb so wichtig und interessant, weil andere es für wichtig und interessant halten. Die für uns selbst sehr wichtigen Dinge und Maßstäbe werden dann meist verdrängt oder hinten angestellt. Was bleibt, ist ein oberflächliches, äußeres Erscheinungsbild, das über die wahren Verhältnisse und Lebenswünsche hinwegtäuschen soll.

Die bedingungslose Aufopferung

Viele Menschen die uns im täglichen Leben begleiten, werden versuchen, unser denken und handeln möglichst auch zu ihren Zwecken auszunutzen. Sie werden testen, in wie weit wir bereit sind, etwas für sie zu machen. Ein Vorgesetzter beispielsweise, wird immer wieder Ihre Leistungsbereitschaft und Ihre maximale Arbeitskraft austesten. Ebenso wird er mit Sicherheit auch Ihre Bereitschaft zur willenslosen und bedingungslosen Unterordnung prüfen. Denn gerade die Bereitschaft, bedingungslos und ohne eigene Meinung, für andere Menschen Dinge zu tun, hat schon in der grauen Vorzeit ganze Völker dazu bewegt, Opfer zu bringen sowie Schmerz und Leid in Kriegen zu erfahren. Auch wenn wir selbst Kriege und Auseinandersetzungen für sinnlos halten, konnten diese in der Vergangenheit doch nie verhindert werden. Denn die meisten Menschen hören eben nicht auf ihren Verstand, sondern streben nur nach Mut, Aufopferung und bedingungsloser Hingabe. Und so werden wohl leider auch in Zukunft viele Menschen blind und förmlich unmündig den unterschiedlichsten Machthabern und herrsch herrschsüchtigen Staatsmännern folgen. Wenn nötig, sind sie oft sogar bereit ihr Leben zu opfern.

Dieses Phänomen der bedingungslosen Aufopferung kennt man besonders aus totalitären Herrschaftssystemen. Gerade dort, wo das Wohl eines Machthabers oder einer Religion weit über dem Wohl der Menschen steht. Selbst in unserer modernen Gesellschaft zeigen sich in den

unterschiedlichsten Lebensbereichen solche Machtstrukturen. Ganz besonders auch in militärischen Hierarchien mit den Grundsätzen der bedingungslosen Befehlsbefolgung. Jeder der etwas von uns haben möchte, wird versuchen, uns vorher von der Bedeutung und Wichtigkeit seiner Sache zu überzeugen. Er wird Begründungen aufführen, welche unsere kritische Urteilsfähigkeit untergraben sollen. Damit möchte man erreichen, uns ohne wenn und aber für eine Sache zu gewinnen. Aber dennoch sind alle manipulativen Versuche, unsere Urteilsfähigkeit zu beeinflussen, in jedem Fall davon abhängig, ob oder wie wir etwas mit uns machen lassen. Und ob oder wie wir uns manipulieren oder schmeicheln lassen.

Die Sucht nach Macht

Macht verändert Menschen. Das Gefühl, Macht zu jeder Zeit ausüben zu können und Herrschaft über andere zu haben, verändert Menschen oft auf sehr dramatische Weise. Arroganz, Ignoranz, Egoismus und Zynismus sind nur Oberbegriffe der eigentlichen Machtallüren. Schon bei unserer Erziehung, der wir ja meist ohne Unterbrechung ausgesetzt waren, wurde mit großer Überzeugung versucht, uns den Respekt und die Achtung vor unserer Mitwelt anzuerziehen. „Habe stets Respekt vor Menschen die älter sind als du“, hieß es nicht selten. Das Alter von sogenannten „vorbildähnlichen“ Menschen stand oft über der eigenen Meinung. Und selbst wenn das denken und handeln der angeblich reiferen Menschen in Wirklichkeit unsinnig und schlecht war, so mussten wir es meist trotzdem für richtig und klug empfinden. Bis heute noch prägt noch viele Menschen diese autoritäre Erziehung und hat im Extremfall bei manchen sogar komplexartige Spuren hinterlassen.

Selbst heute noch sollen wir uneingeschränkten Respekt vor Autoritäten haben. Vor Leuten, die auf irgendeinem Gebiet mehr wissen könnten als

wir. Insbesondere der Respekt vor Macht, Geld, Titeln und Vorgesetzten wird uns anezogen. Wir sind sozusagen automatisch darauf programmiert, uns im Laufe unseres Heranwachsens mehr und mehr der Unterwerfung und Unterordnung hinzugeben. Ständige Bevormundung, vom Elternhaus bis ins Berufsleben, ist keine Seltenheit. Nur wenige Menschen schaffen es, das „Zepter“ der Macht über andere in ihre Hände zu bekommen. Ob nun Polizei oder Politiker, Vorschriften oder Gesetze, Vorgesetzte oder Chefs. Von der legislativen bis zu exekutiven Macht. Macht hat viele Gesichter. Dabei ist Unterwerfung und Unterordnung ein einfaches und bequemes Instrument der Machtausübung. Machthaber jeglicher Art werden immer wieder versuchen, solche Instrumente der Versklavung in ihren Händen zu behalten. Und je unterwürfiger und willensloser die Menschen gegenüber solchen Machtpositionen sind, desto mehr wird diese Macht auch ausgenutzt. Die Machtausübung nimmt sogar fast proportional zur Unterwerfungsbereitschaft zu.

Macht als Instrument der Unterdrückung

Schon 1971 versuchte ein Sozialpsychologe in einem sogenannten Gefängnis-Experiment das Verhalten von Normalbürgern hinsichtlich Macht und Unterwerfung zu untersuchen. Alle Versuchspersonen kamen ursprünglich aus nahezu gleichen Gesellschaftsschichten. Per Zufallsprinzip wurden die Personen in zwei Gruppen eingeteilt. Die eine Gruppe Wärter und die andere Gruppe Gefangene. Doch schon nach drei Tagen kristallisierte sich auf erschreckende Weise eine Art Terrorregime heraus. Um die Gefangenen nicht zu gefährden, musste der Versuch daraufhin umgehend abgebrochen werden. Die Gruppe der Wärter hatte ihre Aufgabe besonders heroisch und mit solch einer Machtbesessenheit wahrgenommen, dass viele der Gefangenen nach dem Versuch psychologische Hilfe in Anspruch nehmen mussten. Nach diesem Versuch zu urteilen, bestimmt nicht der Charakter eines Menschen, ob und mit

welchen Mitteln ein Mensch Macht über andere ausübt, bestimmt demnach nicht der Charakter, sondern die Lebensumstände, die eine Machtausübung zulassen. Es ist zwar fast unglaublich, aber die meisten Menschen sind scheinbar zu allem fähig, wenn man sie nur lässt. Dort wo Menschen die Möglichkeit haben, ihre Mitmenschen ungestraft zu schikanieren und zu unterdrücken, tun sie dies meist auch. Und genau dieses Phänomen der Unterdrückung und Terrorisierung begegnet uns in fast allen Bereichen des täglichen Lebens. Das der Mensch nun mal leider zu allem Fähig ist, zeigt sich auch in dem weltweiten Terrorismus, den Menschenfolterungen mancher Terrorregime oder den schon fast alltäglichen Gewaltverbrechen. Mensch gegen Mensch, bis aufs Blut und ohne Rücksicht auf Verluste. Eine erschreckende Vorstellung, oder nicht?!

Die Möglichkeit der Machtausübung auf andere kann wie ein Rauschmittel wirken. Beim einen mehr und beim anderen weniger. Auch ganz normalen Menschen aus der Mitte des Volkes verändern sich innerhalb kürzester Zeit, wenn diese in Machtposition kommen. In unserer Gesellschaft ist Macht und Unterwerfung allgegenwärtig. Ob in Behörden, Wirtschaft, Industrie, Glaubensgemeinschaften, Schulen oder Familien und Partnerschaften. Diese und viele andere Bereiche sind von Machtstrukturen durchwachsen und werden somit auch von diesen beherrscht und gesteuert. Kaum jemand kann sich dem Machtstreben anderer gänzlich entziehen. Ob wissentlich oder unwissentlich, jeder nimmt Tag für Tag am Spiel um Macht und Unterdrückung teil. Denn Machtausübung keimt schon in unscheinbaren, zwischenmenschlichen Kontaktsituationen.

Besonders erschreckend ist es, wenn man sieht, wie Macht selbst in Partnerschaften oder Familien ausgeübt wird. Die schlimmste Form ist hierbei die körperliche Gewalt gegenüber Partner oder Kindern. In solch gewalttätigen Umfeldern bleibt den Betroffenen nur noch eine letzte Konsequenz. Die Trennung vom Partner und das beenden der Beziehung. Ausnahmslos und ohne Rücksicht auf eventuelle Verluste wie beispielsweise finanzieller Halt oder Liebe. Selbst die natürlichen Schutzinstinkte von Eltern verhindern nicht immer eine Machtausübung

gegenüber ihren Kindern. Ebenso sind auch Schüler und Lehrer öfter ihren gegenseitigen Machtallüren ausgesetzt. Ob es nun ein Schüler ist, der von seinem Lehrer diskriminiert wird oder ein Lehrer, der von seinen Schülern terrorisiert wird. Machtausübung kann eben viele Gesichter haben.

In unserer heutigen, äußerst schnelllebigen Leistungsgesellschaft ist das Erklimmen von Karrierestufen meist unweigerlich mit zunehmender Machtausübung gegenüber anderen Menschen verbunden. Am deutlichsten kommt dies wohl in militärischen Laufbahnen zum Ausdruck. Wenn beispielsweise ein gerade volljähriger Unteroffizier Wehrpflichtigen Soldaten beherrschen und schikanieren kann. Dabei schaltet sich meist automatisch jeglicher klardenkender Menschenverstand aus. Ob nun Dienstgrade, Amtsposten oder Titel. In unserer Gesellschaft herrscht fast immer das ungeschriebene Gesetz „Ober sticht unter“. Und dennoch entscheidet letztlich immer noch die jeweilige Umgangsform zwischen guter Menschenführung und eigennütziger Machtausübung. Mein Filmtipp zu diesem Thema „*Das Experiment*“ mit *Moritz Bleibtreu*.

Das Ausnützen von Machtpositionen

Je länger Menschen in Machtpositionen arbeiten, desto weniger Respekt haben diese meist vor ihren Untergebenen. Oft halten sich viele schon nach kurzer Zeit für zunehmend wertvoller und wichtiger als ihre Mitmenschen. Doch in der Regel wird sich bei solch heroischen Vorgesetzten der Druck und die Schikane gegenüber den Mitarbeitern stetig erhöhen. Fast proportional dazu wird die Wertschätzung gegenüber ihren Mitarbeitern kontinuierlich abnehmen. Ebenso wie diese ihre eigenen Fehler und Misserfolge den dummen, marionettenähnlichen „Sklaven“ in die Schuhe schieben, so ernten sie auch liebend gerne die Lorbeeren ihrer Untergebenen.

Gerade Unterwürfigkeitsbereitschaft und Duckmäuserei der Untergebenen fördert das selbstherrliche Verhalten von machthaberischen Menschen. Vor allem durch schleimige Schmeicheleien von speichelleckenden Mitarbeitern werden Machtmenschen besonders animiert zu glauben, sie selbst seien etwas besseres und dürfen sich grundsätzlich mehr erlauben als andere. „Das Volk ist wie ein Weib, und als solches mache ich es mir gefügig“. Sicher ein Satz mit viel Wahrheitsgehalt, doch leider kamen diese Worte aus Adolf Hitlers Mund. Sie sollen an dieser Stelle verdeutlichen, dass die Masse der Menschen meist blind, unüberlegt und weitab von gesundem Verstand den dümmsten Rednern folgt.

Bei näherer Betrachtung solcher machtbesessenen Menschen ist es geradezu offensichtlich, dass es ihnen an Selbstbewusstsein mangelt und diese oft auch mit Komplexen behaftet sind. Gibt man solchen verklemmten und komplexbehafteten Leuten nun die Möglichkeit, eine Machtposition zu besetzen, so werden diese nicht selten ihr eigennütziges und egozentrisches Verhalten gegenüber ihren Untergebenen ausspielen. Gerade das Gefühl, über allen Dingen zu stehen und alleiniger, unfehlbarer Entscheidungsfaktor zu sein, verleitet zu bedingungsloser Ausnutzung von Machtpositionen. In ihrem zunehmenden Herrschaftsrausch, werden diese Machthaber auch sehr schnell hinterhältiger, unberechenbarer und vor allem aggressiver.

Viele Vorgesetzte mischen sich in ihrem Machtrausch auch gerne in die Aufgabenbereiche ihrer Untergebenen ein. Selbst von unwichtigen Arbeitsschritten verlangen sie ein oft ein unnötig ausführliches Berichterstaten. Und das alles nur, um ihre Untergebenen zu schikanieren und um ihnen zu zeigen, wer die Macht, die Herrschaft und das Sagen hat. Kennen Sie die Redewendung „Zuckerbrot und Peitsche“? Das ist oft auch ein beliebtes Spiel der Vorgesetzten. Heute so, morgen so. Heute scheinbar gutgelaunt ein paar zynische Witzchen für die Angestellten, morgen kompromisslose Härte und Feuerspuckerei. Ihre Meinungen ändern sich fast so häufig wie ihre Stimmungslagen. Das Verhalten wird Zusehens unsolidarischer. Entscheidungen und Absprachen werden nach Lust und Laune über den Haufen geschmissen.

Doch bei all dem heroischen Verhalten ist eines sehr auffällig. Meist gibt es eine kleine Gruppe von herangezögerten, willenlosen, unmündigen, Ja-sagenden „Sklaven“, die den „Mächtigen“ den Hof machen. Diese „Sklaven der Neuzeit“ befolgen ohne jedes hinterfragen, jeden noch so stumpfsinnigen Befehl, den sie von ihren „Herren“ wie Futter vorgesetzt bekommen. Wo immer Menschen die Möglichkeit bekommen, Macht und Herrschaft über andere auszuüben, tun sie dies auch. Es wäre naiv zu glauben, dass Menschen eine Machtposition nicht eigennützig ausnützen würden. Es hört sich vielleicht unglaublich an, aber Tatsache ist, dass die meisten Menschen zu fast allem fähig sind, wenn man sie nur lässt. Viele würden sogar voller Begeisterung und mit wahrer Besessenheit über andere dominieren und herrschen.

Aber wie es für fast alles eine Lösung gibt, so gibt es auch wirksame Mittel, um solch ignorante, egozentrische „Herrscher“ in die Schranken zu weisen und ihnen das Spiegelbild ihrer Arroganz vorzuhalten. Streng nach dem Motto „Gemeinsam sind wir stark“ können sich schikanierte und unterdrückte Mitarbeiter zusammenschließen und gemeinsam gegen das Vorgesetzte „Übel“ vorgehen. Denn eines müssen Sie wissen. *„Einen Krieg kann man nicht durch alleiniges nachgeben verhindern, man zögert ihn damit höchstens nur heraus“*. Auf Dauer schwächt Unterwürfigkeit und Unterordnung unser Selbstbewusstsein so sehr, dass es sogar depressiv macht. Denn durch Macht wird es einem Menschen ermöglicht, seinen Mitmenschen den eigenen Willen und die eigenen Vorstellungen aufzuzwingen.

Die Möglichkeit, seine Mitmenschen die eigene Überlegenheit spüren zu lassen, macht solche Menschen in vielerlei Hinsicht anfällig für Korruption und Selbstverherrlichung. Der Machthunger eines Menschen ist schier unstillbar. Und Macht entfaltet in vielen Menschen die ungeahnte Energie, ihre Untergebenen zu piesacken und seelisch unter Druck zu setzen. *„Macht korrumpiert, absolute Macht korrumpiert absolut“*. Macht scheint die Menschen abhängig zu machen. Denn je mehr sie davon haben, desto mehr wollen sie. Dort wo eine Machtlücke entsteht, wird sich schnell ein Nachfolger finden. Das menschliche Verhalten gegenüber

seiner Mitwelt ist nun mal sehr eigenartig. Denn der Mensch ist von Natur aus wankelmütig, heuchlerisch, neidisch und undankbar. Gelenkt von der Gier nach Gewinn, lebt er in ständiger Angst vor Gefahren.

Eine Art selbstherrliche Überbewertung der eigenen Persönlichkeit zeigt sich bei manchen Menschen auch im tagtäglichen, kleinbürgerlichen Zusammenleben. Denn die vielen Gesetze, Vorschriften und Verbote, rufen auch sehr schnell viele treudienende, freiwillige Hobbydetektive, sogenannte Hilfssheriffs zur Stelle. Mit ihrer spießbürgerlichen, kniefiesselligen Gesetzestreue ahnden sie jede noch so kleine Missachtung der Gesetze. Von einer Ermahnung bis zu einer Anzeige benötigt es dabei meist nur ein paar falsche Worte des „Angeklagten“. Ob nun das unerlaubte Betreten eines Rasens, das Überqueren einer Straße trotz roter Ampel, die laute Musik von einer Feier, das Löcherbohren in der Mittagszeit oder das Falschparken im eingeschränkten Halteverbot. Alles wird nicht selten sofort als grobe Missachtung der öffentlichen Ordnung empfunden. Oft sogar „mutieren“ auch scheinbar nette Nachbarn, Kollegen oder Passanten zu giftigen, angriffslustigen Schlangen, wenn diesen mal etwas gegen den Strich geht. Doch bei aller Korrektheit, Gesetz sind eben auch dazu da, um gelegentlich auch mal gebrochen zu werden.

Mobbing hat viele Gesichter

„Erst hat man es verdrängt, dann hat man es mit Gesprächen versucht und jetzt macht man nur noch sturen Dienst nach Vorschrift.“ so oder so ähnlich könnte sich eine Aussage von einem gemobbten Arbeitnehmer anhören. Überstunden ohne Ende, die Mittagspause immer kürzer und das Betriebsklima immer eisiger. Wer nur noch lustlos und mechanisch Dienst schiebt, der verbittert und resigniert. Innerlich haben viele Arbeitnehmer sogar schon gekündigt. Die Hauptursache für solch einen Frust ist meist beim Management zu suchen. Oft interessieren sich die Chefs und

Vorgesetzten zu wenig für ihre Mitarbeiter als Menschen. Mangelnde Anerkennung, Schikane und schlechtes Arbeitsklima tragen noch ihr übriges dazu bei.

Ob auf der Arbeit, im Verein oder in der Familie. Mobbing findet überall dort statt, wo Menschen regelmäßig zusammentreffen. Mobbing gibt es überall und es hat viele Gesichter. Zu diesen Gesichtern gehören neben Schikanen, Beleidigungen und Ausgrenzung auch Diskriminierung und Belästigungen jeglicher Art. Immer öfter wird blanker Terror als Waffe eingesetzt, um ungeliebte Kollegen oder Untergebene zu drangsalieren. *„Den wahren Charakter eines Menschen erkennt man erst dann, wenn man ihn als Vorgesetzten hat“*. Ein Satz, der zum Nachdenken anregt. Schon seit Menschen andere für sich arbeiten und malochen lassen, gibt es immer wieder Auseinandersetzungen und Feindschaften.

Bei Diskussionsrunden mit Vorgesetzten oder Kollegen trifft man auch immer wieder auf eine Art von destruktiv kritischen Personen, die sich durch permanent sachliche oder persönliche Kritik des Gegenübers, selbst in den Vordergrund drängen wollen. In solchen Fällen sollte man diesen destruktiven Kritiker gekonnt ins Aus manövrieren und durch gezielte Fragen, sinnvolle Gegenvorschläge von ihm fordern. Lassen Sie sich niemals kleinkriegen und geben Sie stets Kontra. Denn denken Sie daran, Respekt muss man sich erst erarbeiten.

Ansonsten gehören zu den Verweigerungstaktiken der arbeitnehmenden Befehlsempfänger gegen ihre mobbenden Chefs und Vorgesetzten beispielsweise auch, demonstratives Kranksein, sturer Dienst nach Vorschrift oder stille Sabotagetaktiken. Der Arbeitnehmer tut gerade nur noch das, was ihn vor einer eventuellen Kündigung bewahrt. Solche und noch viele andere Kollateralschäden sind meist das Resultat von herrschsüchtigen Problemchefs. Solche Chefs, die durch ihre hochgradige Inkompetenz zu einer wahren Plage werden können. Solche „Kotzbrocken“ behandeln ihre Unterwürfigen „Sklaven“ meist wie überdrüssige Plüschtiere. Solange sie jemanden brauchen, tragen sie ihn Tag für Tag voller Begeisterung mit sich herum. Sobald jeglicher Nutzen

verbraucht scheint, kratzen sie ihm die Augen aus, schlitzen ihm den Bauch auf und werfen ihn wutentbrannt in die nächste Ecke.

Methoden gegen Mobbing

Sie fühlen sich seit langem von den cholерischen Anfällen Ihres Chefs und der intriganten Ignoranz bedroht. Doch „Er ist der Boss und er sitzt am längeren Hebel“, meinen Sie. Sie glauben dagegen ist kein Kraut gewachsen und Sie haben keine Chance sich zu wehren. Weit gefehlt! Das ist nicht wirklich so. Sie haben durchaus die Möglichkeit, Ihrem Vorgesetzten oder Chef auch mal so richtig Paroli zu bieten. Eine gelassene und angstfreie Souveränität ist beispielsweise eine äußerst wirksame Methode gegenüber einem den Machenschaften eines Vorgesetzten. So kann man die ignoranten und arroganten Eigenarten des Chefs auch schnell mal ins Leere laufen lassen. Vor allem aber die weise Erkenntnis, dass so mancher Chef in der Regel auch nur Befehlsempfänger unter einem nächsthöheren Vorgesetzten ist, lässt bei uns doch wieder ein leichtes Grinsen auf die Lippen kommen, oder nicht?! Denn sollten einem die Chefallüren langsam zu bunt werden, bleibt ihnen noch die Möglichkeit, sich an dessen Vorgesetzten zu wenden, um sich zu beschweren.

Ist es bei Ihnen nicht auch manchmal so, dass Sie infolge einer ungerechten Zurechtweisung oder Bestrafung die finstersten Rache- und Beschwerdepläne schmieden. Doch schon am nächsten Tag haben sich diese Pläne meist in wohlgefallen aufgelöst. „Es war ja doch nicht so schlimm“ oder „Beim nächsten mal beschwere ich mich“ sind dann oft beliebte Ausreden, wenn man sich wieder einmal nicht zur Wehr gesetzt hat. Doch hingegen aller guten Tipps der Selbstbeherrschung und Besonnenheit, ist es in solchen Fällen oft besser, sich gleich im Eifer des Affekts zu beschweren und Gegenmaßnahmen zu ergreifen. Sollte die Wut

wieder einmal so richtig in Ihnen kochen und brodeln, wird Sie Ihr Adrenalin animieren, sich nichts mehr gefallen zu lassen. Gerade dann, wenn Sie so richtig sauer und aufgebracht sind, sollten Sie handeln. Denn schon kurze Zeit später werden Sie ein sehr befreiendes und befriedigendes Gefühl verspüren. Es wird Ihnen gut tun, einmal nicht zu schlucken, sondern selbstbewusst zum Gegenschlag auszuholen. Was kann Ihnen denn im schlimmsten Fall passieren? So oder so, Ihr Leben wird in jedem Fall weitergehen. Sie haben lediglich die Wahl, zwischen attackieren oder resignieren. Doch eines ist klar, eine tagtägliche, lebenslange Unterdrückung und Schikanierung ist doch so ziemlich das schlimmste, was einem passieren kann. Zudem macht so etwas auf Dauer sicher auch krank. Und Ihr höchstes Gut ist nun mal Ihre Gesundheit. Und die werden Sie doch nicht einfach leichtfertig aufs Spiel setzen, nur weil Ihr Chef meint, Sie behandeln zu können, wie er will.

Lassen Sie sich nicht unterkriegen. Unternehmen Sie etwas dagegen. Und das am besten gleich, ohne unnötig viel Zeit zu verlieren. Sicher, allzu übertriebene Rachegeanken sind natürlich fehl am Platze. Stattdessen sollten Sie versuchen, die Macken und Schwächen Ihres Chefs oder Vorgesetzten zu erkennen. Führen sie gegebenenfalls auch Buch über dessen Schikanen, Misserfolge und Fehler. Denn bei gegenseitigen Auseinandersetzungen können Sie solche Erkenntnisse dann als adäquates Mittel der Selbstverteidigung einsetzen. Aber dennoch sollten Sie damit keinesfalls drohen oder versuchen, ihn damit zu erpressen. Zeigen Sie Ihrem Vorgesetzten damit nur das Spiegelbild seiner überheblichen Arroganz.

Wichtig ist, das Sie bei gemeinsamen Auseinandersetzungen Ruhe bewahren. Auch dann, wenn diese Ruhe vorerst nur rein äußerlich ist. Bleiben Sie so cool wie möglich und schalten sie gegebenenfalls auf Durchzug. Wenn der Gegenwind nachlässt, fangen Sie an, sich klar und sachlich zu den angesprochenen Dingen zu äußern. Lassen Sie sich nicht durch eine aufbrausende und beleidigende Art beeindrucken oder einschüchtern. Schreien Sie keinesfalls zurück, sondern antworten Sie ruhig und gelassen. Sprechen Sie jedes Wort nur einmal aus und versuchen

Sie nicht, ihn unbedingt von Ihren Argumenten zu überzeugen. Sie haben sich nicht zu rechtfertigen, denn Ihr eigenes Verhalten war Ihnen stets bewusst. Halten Sie beständigen Blickkontakt zu seinen Augen. Aber fangen Sie auf keinem Fall an zu starren. Blicken Sie einfach gelassen und gleichgültig zu ihm hinüber. Denn solch eine Gelassenheit wird ihn bestimmt verwirren und unsicher machen. Sollte er dennoch nicht aufhören, Sie lautstark mit Gemeinheiten zu attackieren, nehmen Sie sich einfach die Freiheit, aufzustehen, sich umzudrehen und das Zimmer zu verlassen.

Doch wenn trotz aller Versuche, sich zu wehren und sich zu schützen, die ständigen Attacken des Chefs kein Ende nehmen, bleibt Ihnen nur noch die Möglichkeit, den Arbeitsplatz zu wechseln. Denn bei allen guten Ratschlägen und Tipps, sollte Ihnen Ihre Gesundheit immer noch am wichtigsten sein.

Motivation, Befehl und Gehorsam

Es ist ein weitverbreiteter Irrglaube, dass Menschen automatisch mehr leisten würden, wenn man diese besser bezahlt. Die Wirkungsweise von Motivation hingegen hat meist einen viel positiveren Effekt auf die Arbeitsleistung der Mitarbeiter. Ein motivierter Mitarbeiter arbeitet besser, geht lieber zur Arbeit und ist zufriedener mit seinem Arbeitsumfeld. Ein unmotivierter Mitarbeiter hingegen wird oft von Gleichgültigkeit und Frustration begleitet.

Doch die meisten Chefs und Vorgesetzten haben in der heutigen Elitengesellschaft meist immer noch die Grundeinstellung von „Herr und Sklave“. Motivation ist für viele ein Fremdwort. Besonders in hierarchisch geführten Betrieben und Behörden werden Mitarbeiter durch ständige Kritik und des engstirnigen „Schema-F-Denkens“ eher demotiviert

statt motiviert. Doch die eigentliche Kunst des Motivierens besteht eben nicht nur darin, Befehle zu geben und Vorschriften zu befolgen. Sondern den Mitarbeitern müssen auch interessante Ziele vorgegeben werden. Und diese Ziele sollten eigentlich die Aufgabe haben, Kreativität und eigenständiges Handeln zu fördern. Je mehr langweilige und uninteressante Aufgaben ein Mitarbeiter zu bearbeiten hat, je unselbstständiger und eingeschränkter sein Handlungs- und Entscheidungsspielraum ist, desto größer wird automatisch auch seine Frustration und Demotivation.

Wir alle hören Befehle nicht gerne. Aber dennoch werden wir Tag für Tag von Befehlen gelenkt. Denn Befehle sind nicht nur in militärischen Strukturen zuhause. Gerade auch im täglichen Leben gehören Befehle zur Tagesordnung. Unser Alltagsleben, ob beruflich oder privat, ist von Befehlen nur so gespickt. meist jedoch sind solche Befehle eben als Forderungen, Bitten, Aufgaben oder Zuständigkeiten getarnt. Die Aussagekraft und das Resultat sind aber das gleiche. Alles zieht in irgendeiner Form eine geforderte Handlung nach sich.

Aber ein freiheitsliebender Mensch macht eigentlich nur das gerne, was ihm gefällt und was er auch wirklich will. Doch leider lassen sich Forderungen, Bitten, Aufgaben und Zuständigkeiten im täglichen Leben nur selten umgehen. Gerade deshalb kommt es darauf an, wie solche Forderungen gestellt werden. „Der Ton macht die Musik“. Denn Arbeitsaufgaben können auch so gestellt werden, indem man die ausführende Person mit einbindet. Ein Mitarbeiter, der eigene Lösungsvorschläge einbringen darf und auch einen gewissen Handlungsspielraum hat, ist in der Regel motivierter und fühlt sich auch nicht gleich durch solche Forderungen unter Druck gesetzt.

Die Eigenarten der Vorgesetzten

Die meisten Vorgesetzten und Chefs setzen sich aus mehreren Macken und Eigenarten zusammen. Eine eindeutige Zuordnung zu einer Gruppe ist demnach nur in Einzelfällen möglich. Mit den verschiedenen Beispielen möchte ich Sie nun auf mehrere dieser Macken und Eigenarten aufmerksam machen. Diese Macken und Eigenarten lassen sich beliebig zusammensetzen und auf jede Art von Chef und Vorgesetzten übertragen.

Fangen wir mit dem feigen, taktischen Egozentriker an. Er hortet Herrschaftswissen wie ein übereifriger Sammler. Denn es könnte ihm ja irgendwann einmal hilfreich und nützlich sein. Misserfolge schiebt er liebend gerne anderen Leuten in die Schuhe, brüstet sich dagegen aber auch gerne mit den Erfolgen seiner Mitarbeiter. Weil er nur ungern ein Risiko eingeht, sind kreative Neuerungen und Innovationen ein Fremdwort für ihn. Er versucht möglichst überall mitzumischen und zu allem seinen Senf dazuzugeben. Er versteht es, sich ständig in die Arbeitsbereiche seiner Untergebenen einzumischen. Arbeitsbereiche, für die eigentlich seine Mitarbeiter bezahlt werden. Dies kommt daher, dass er so gut wie nicht delegieren kann und kein Vertrauen in die Leistungsfähigkeit seiner Mitarbeiter hat. Er muss nahezu neurotisch jede noch so unwichtige Kleinigkeit korrigieren und wenn es nur der Punkt auf dem i ist. Liebend gerne schiebt er alles auf die lange Bank um dann kurz vor knapp seine Mitarbeiter zu drangsaliieren. Er verbreitet dadurch meist solch eine Torschlusspanik, dass die Untergebenen wie wild hin und her zappeln und nicht mehr wissen, wie sie ihre Termine einhalten sollen.

Eine weitere eigenartige „Spezies“ ist der kleinkarierte, engstirnige Vorschriftenreiter. Er ist ein wahrer Meister im Aufschieben von wichtigen Entscheidungen. Durch seine ständig hinterfragende, risikoscheue und äußerst inkompetente Art, verhindert er ein zügiges Vorankommen der Arbeitsergebnisse. Er hat meist keine eigene Meinung und lässt sich ohne jeglichen Widerworte herumkommandieren. Von der nächsthöheren Etage bekommt er die Zielrichtungen des Arbeitspensums

vorgekauft, welche er an seine Untergebenen ohne wenn und aber weitergibt. Solche Vorgesetzte werden, von dem oben beschriebenen taktischen Egozentriker, gerne als rechte Hand benutzt. Gerade deshalb, weil man den engstirnigen Vorschriftenreiter so gut kontrollieren kann und es dadurch möglich ist, auch weiterhin die eigenen Vorstellungen durchzusetzen. Diese Art von Vorgesetzten wird man so gut wie nie in der Chefetage finden, da sie durch ihre unsichere und inkompetente Weise, überhaupt nicht dafür geeignet sind.

Die dritte Vorgesetztengattung ist der arrogante, ignorante Neurotiker. Er züchtet sich liebend gerne willenslose Gefolgsleute bzw. roboterähnliche „Sklaven“ heran, die ihm nicht gefährlich werden können. Solche Untergebene, die ihm blind und bedingungslos folgen, nichts hinterfragen und stets alles machen was er sagt. Egal wie sinnig oder unsinnig die Arbeitsaufgaben sind. Oft setzt er solche Handlanger auch als „Spione“ ein, um andere Mitarbeiter auszuspionieren. Doch solche „Maulwürfe“ sind in der Regel schnell enttarnt. Sie werden dann sofort isoliert und umgehend in die Verbannung geschickt. Die Mitarbeiter, die ihm aber nicht als seine „Wasserträger“ hinterherlaufen, sind für ihn wie ein unnötiges Übel. Gerne putzt er diese Mitarbeiter sogar vor versammelter Mannschaft herunter. Er duldet keine kritischen Äußerungen und Widerreden. Und zudem wird nur dann gelacht, wenn er mit seiner zynischen Art mal wieder einen eiskalten Lacher über die Lippen presst.

zu guter letzt gibt es noch den reinen Workaholic. Dieser will mit einer stressigen und hektischen Art seiner Untergebenen ständig unter Strom halten. Wer nur kurz aufschaut, ohne zu arbeiten, wird abgemahnt. Kaffeepausen sind ihm ein Dorn im Auge. Alles was für ihn im Leben zählt, ist sein Beruf und das ohne Rücksicht auf anders denkende Mitmenschen. Er setzt seine Mitarbeitern meist viel zu hohe Ziele und somit ist Chaos, Ärger und vor allem Hektik ein ständiger Begleiter des täglichen Arbeitsablaufes.

Das perfekte Betriebsklima

Ein gutes Betriebsklima ist geprägt von gegenseitiger Wertschätzung und Bereitschaft die Leistungen des anderen zu würdigen und anzuerkennen. Diese Eigenschaften machen Teamarbeit ebenso aus, wie die Bereitschaft eines jeden Mitarbeiters zum vertrauensvollen, fairen und von Sympathien unabhängigen Dialog. Diese Punkte sollten von jedem Mitarbeiter, ob Chef, Vorgesetzter, Angestellter oder Arbeiter, beachtet, gewürdigt und umgesetzt werden. Denn diese Eigenschaften bilden den wichtigen Grundstock für eine gute, vertrauensvolle Teamarbeit und somit das leistungsorientierte sowie motivierte arbeiten eines jeden Mitarbeiters.

Eine gute Team- bzw. Zusammenarbeit ist zudem geprägt von zeitgerechter und konkreter Information über Arbeitsabläufe, welche einen ungehinderten und zügigen Arbeitsablauf gewährleisten. Hierbei sollten klare Formulierungen gefunden werden, welche frühzeitig durchdacht und rechtzeitig weitergeleitet werden. Dies soll ein mehrmaliges bearbeiten von gleichen Arbeitsvorgängen vermeiden.

Jeder Mitarbeiter ist bei seinem Arbeitgeber in einem ihm anvertrauten Arbeitsbereich tätig, dessen Arbeitsabläufe und Zielsetzungen der einzelne Mitarbeiter selbst gut abschätzen kann und muss, so dass ein selbstständiges erarbeiten von guten Arbeitsergebnissen vertrauensvoll den jeweiligen Mitarbeitern überlassen werden kann und nur in Ausnahmefällen einer stichprobenartigen Kontrolle bedarf.

Vorgesetzte und Chefs sollen ihren Mitarbeitern ein Vorbild und kein Schreckensbild sein. Ein guter Vorgesetzter sollte nach Möglichkeit nur klare und realistische Ziele vorgeben. Er sollte stets alle Mitarbeiter neutral und unvoreingenommen behandeln. Auch Entscheidungsfreude sollte für ihn kein Fremdwort sein. Wer neue Vorschläge macht oder etwas fragt, sollte immer eine schnelle Antwort bekommen. Er sollte seine Mitarbeiter regelmäßig informieren und ein kompetenter Ansprechpartner

in allen beruflichen Belangen sein. Er kann sachliche und konstruktive Kritik üben, jedoch nur dort, wo es auch wirklich notwendig ist.

