

# Krise ade – die Macht der Einstellung

> Allen Krisenmeldungen zum Trotz gehen viele Menschen voller Motivation und positiv gestimmt ihren Aufgaben nach.

Die Kunst im Leben ist es, auch in schwierigen Zeiten die positive Einstellung auf einem hohen Niveau zu halten. Gerade Krisen und Probleme geben uns die Chance, unsere Einstellung und das daraus resultierende Verhalten zu überdenken. Dadurch können wir neue Methoden und Strategien ausprobieren. Viele Menschen haben eine positive Grundeinstellung und gehen auch lösungsorientiert an Krisen heran. Dieser Weg führt dazu, dass sie nicht nur aus der Krise herauskommen, sondern mit ihr wachsen und stärker werden. Das sind meist Menschen, die Spaß an ihrer Arbeit haben und Begeisterung empfinden. Menschen, die, egal was passiert, immer Wert darauf legen, ihr Produkt und sich selbst optimal zu verkaufen, schöpfen ihre Ressourcen aus einer enormen inneren Kraft. Diese Sorte Mensch geht oftmals ihrer „Berufung“ nach. Das sind keine Problemdenker, sondern Lösungsdenker!

Krisen prägen jeden Menschen mehr als Erfolge. Die Lernerfahrung, die aus einer Niederlage resultiert, ist höher als der erfolgsbedingte Motivationsschub. Der Mensch strebt in seinem Handeln weg vom „Schmerz“ hin zur „Freude“. Der Motivator „Schmerz vermeiden“ ist in der Regel höher als der „Hin zur Freude“. Wer nicht verlieren kann, ist auf Dauer kein Gewinner.

Als Motivationsexperte empfehle ich jedem, der eine Durststrecke zu überwinden hat, mit Zielen zu arbeiten. Wer nicht weiß, wohin er will, darf sich nicht wundern, wenn er woanders ankommt. Ziele müssen „smart“ sein, also spezifisch, messbar, angemessen, realistisch und terminiert. Wer seine Ziele konkret, schriftlich und nachvollziehbar formuliert hat schon mal den ersten Grundstein gelegt, um der Durststrecke zu entkommen. Ich glaube, wir Menschen sind auf dieser Welt, um zu wachsen, um uns als Persönlichkeit weiterzuentwickeln und unser Wissen aus Erfahrungen mit anderen zu teilen. Das liegt in unserer Natur. Ein Baum, der aufhört zu wachsen – stirbt!

**Dirk Schmidt** ist erfolgreicher Redner und Motivationsexperte für Unternehmen. Als Sportmentaltrainer verhalf er zahlreichen Spitzensportlern zum Erfolg. Er war selbst erfolgreicher Unternehmer, ist immer noch begeisterter Marathonläufer und veröffentlichte 2009 sein neues Buch „Die Kraft der Motivation“.  
[www.dirkschmidt.com](http://www.dirkschmidt.com)

