

”
SIGNALE
SPENDEN
KRAFT
UND **LEBENS**
FREUDE.



Signale begleiten uns ständig im Leben. Sie sind uns als Urinstinkt angeboren. Ich bin schon immer ein Teammensch gewesen, dem die Gemeinschaft und das faire und respektvolle Miteinander sehr wichtig sind. Gelernt und gelebt habe ich das seit meiner frühesten Kindheit und Jugend vor allen Dingen bei all meinen sportlichen Aktivitäten – sowohl bei Individual- wie auch bei Mannschaftssportarten – und diese Einstellung zieht sich durch mein gesamtes Leben.

Jeder Einzelne sendet Signale, nimmt Signale von anderen auf und muss sich zwangsläufig darauf einlassen. Wichtig ist für mich immer, dort, wo es möglich ist, „harte“ Strukturen aufzulösen und jeder und jedem, der im Team mitarbeiten möchte, Freiraum zu geben. Damit bin ich sowohl im Sport als auch in meinen Betrieben, Ehrenämtern oder mit meiner Familie immer am besten gefahren. Der wichtigste Begleiter dabei ist meine Intuition, mein Bauchgefühl. Selbst dann, wenn auch ich hin und wieder falschliege und meine Entscheidungen korrigieren muss. Einen Fehler einzugestehen ist für mich eines der stärksten Signale.

„Gute Laune ist ein Signal, dass alles eher gut läuft, dass die Umgebung sicher ist und dass man nicht auf der Hut sein muss. Schlechte Laune deutet darauf hin, dass die Dinge nicht so gut laufen, dass es womöglich erhöhter Aufmerksamkeit bedarf.“ Diese Zeilen habe ich

aus einem Buch von Daniel Kahnemann über schnelles und langsames Denken, das ich gerade lese, entnommen.

Ich versuche, verlässliche, klare und positive Signale zu senden und gegenüber meinem Team Vertrauen und Respekt auszustrahlen. So können sie sich an meinen positiven Signalen und meiner zuversichtlichen Lebenseinstellung orientieren. Natürlich gibt es aber auch Tage, an denen ich Signale aussende, die nicht Freude und Zuversicht ausstrahlen. Meist spürt das mein Team oder ich selbst. Entweder werde ich direkt darauf angesprochen oder ich reflektiere selbst, dass meine Signale nicht hilfreich oder sogar demotivierend waren. Dazu bedarf es dann auch eines gesunden Maßes an Selbstkritik.

Ich jedenfalls schöpfe aus den vielen positiven Signalen, die ich von meinen Freunden, Kolleginnen und Kollegen, meiner Familie und meinen vielen wunderbaren langjährigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern bekomme, meine ganze Kraft und Lebensfreude.