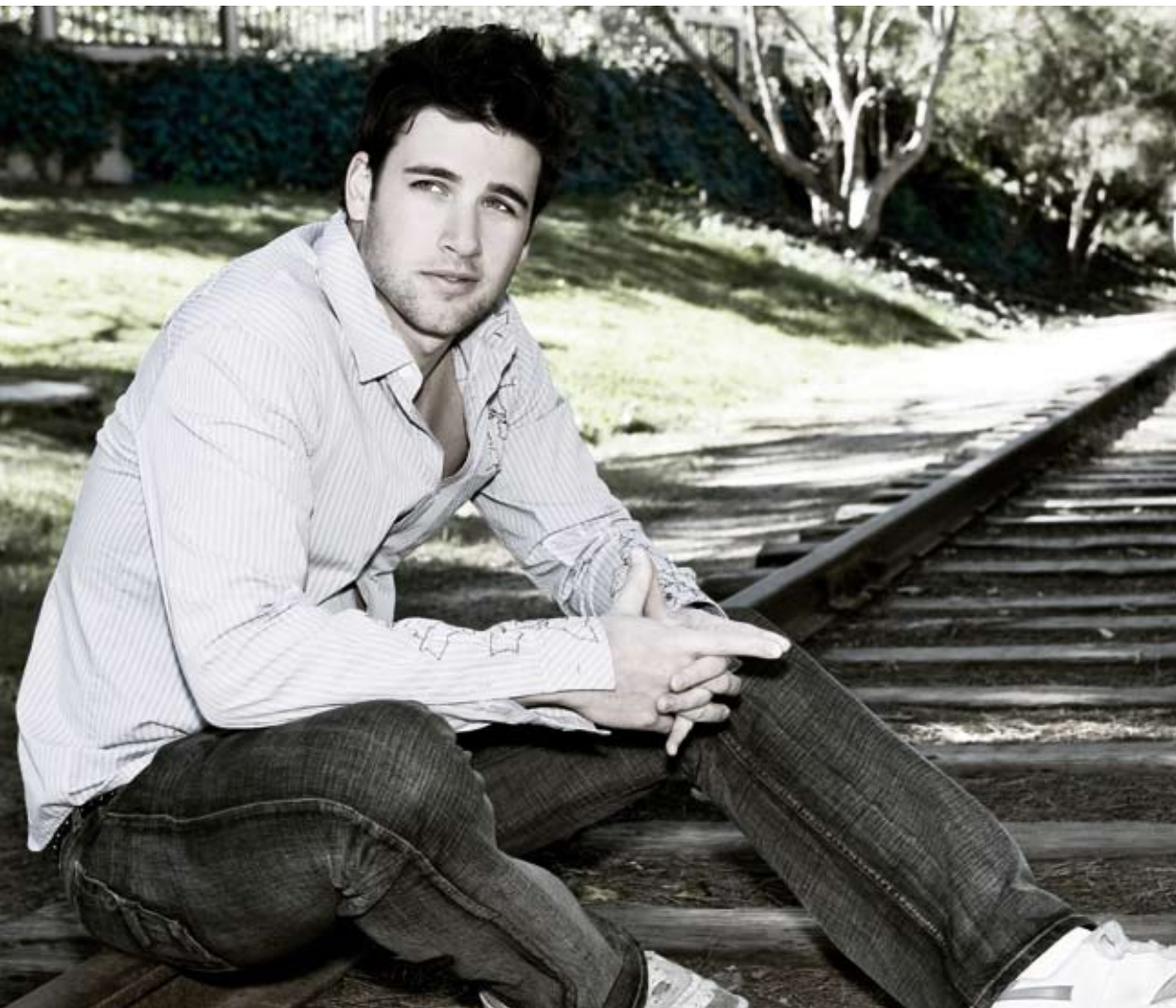


$$E = L \times K^2$$

ERFOLGSCOACH ROMAN BRAUN UND GRÜNDER VON TRINERGY VERRÄT UNS DIE FORMEL FÜR ERFOLG. DER MENTALCOACH VON WELTCUPSIEGERN UND SPITZENPOLITIKERN ERKLÄRT IM INTERVIEW, WAS DEN MANN VON HEUTE GLÜCKLICH MACHT UND WIE IHM PERSÖNLICH TECHNIKEN AUS NLP GEHOLFEN HABEN.

INTERVIEW_ASIM ALILOSKI | BILDER_TRINERGY | SHUTTERSTOCK



TRINERGY INTERNATIONAL

Europas Nr. 1 für Coaching & NLP
Nächster Impuls-Tag: 06. Juni 2009
Informationen unter:

www.trinergy.at oder
01/ 985 10 60

Jetzt neu: „netIMPULS“... der direkte
Einstieg zum Practitioner!
Infos unter [www.trinergy.at/
netimpuls.html](http://www.trinergy.at/netimpuls.html)

Was ist für Sie persönlich der Unterschied zwischen einem erfolgreichen und erfolglosen Menschen?

Der Unterschied liegt im Zeitpunkt des Betrachtens: Jeder Erfolgreiche sieht zu einem bestimmten Zeitpunkt erfolglos aus und jeder scheinbar Erfolgreiche ist später auf seinem Weg erfolgreich. Wichtig ist, zu akzeptieren, dass es kein Scheitern, sondern nur Feedback gibt. Im NLP arbeiten wir mit dem T.O.T.E-Modell (Test, Operate, Test, Exit). Wenn also etwas nicht funktioniert, nimmt man Feedback und macht etwas anderes. Erfolgreiche Menschen wissen das!

Was genau ist nun Erfolg?

Es ist immer eine Sache der Perspektive: Wer erfolgreich ist, hat einfach Pech gehabt! Denn Erfolg lässt uns an dem festhalten, was wir haben. Erfüllte Menschen haben nicht nur Erfolg, sondern auch den Mut, alles wieder gehen zu lassen, was sie erreicht haben! Sie gehen immer wieder in Kontexte, in denen sie selbst Anfänger sind und erlauben sich, zu scheitern. Darum sind Scheiternde die wahren Glückspilze, da sie die Chance haben, sich zu entwickeln! Erst wenn die Dogmatisierung des Wortes Erfolg aufhört, ist wahrer Erfolg möglich. Erfolgreiche Männer wie Steve Jobs sind diesbezüglich großartige Beispiele! Wer Angst hat, den Erfolg zu verlieren, scheitert, nur wer keine Angst vor dem Scheitern hat, ist erfolgreich! Oder wie Rudyard Kipling sagt: „If you can meet with triumph and disaster and treat those two impostors just the same... then you'll be a man, my son!“

Viele verbinden Erfolg nur mit harter Arbeit. Glauben Sie das persönlich auch?

$E = L \times K^2$
Das bedeutet: Erfolg ist Leistung mal Kommunikation zum Quadrat! Die Menschen, die denken, Erfolg sei bloß das Ergebnis harter Arbeit, haben meist keinen – und beklagen sich über die Ungerechtigkeit der Welt. Man muss diese Formel aber auch realistisch sehen: Denn wenn die Leistung gleich null ist, bleibt das Ergebnis trotz guter Kommunikation eben auch null.

Viele Menschen wissen so wenig über ihre Talente und Fähigkeiten. Warum?

Das liegt hauptsächlich daran, dass sie sich nicht genug Zeit nehmen, sich mit sich selbst zu beschäftigen. Baruch de Spinoza beschreibt im seinem dritten Buch der Ethik die so genannte Sub Specie Aeternitatis: Er meint damit einen göttlichen Betrachtungspunkt, auf den wir uns zurückziehen sollten, um uns selbst von dort aus zu beobachten. Wer sich dafür nicht die Zeit nimmt, darf sich nicht wundern, wenn er sich im Alltag verliert! Wer Erfolg haben will, muss seinen Erfolg im Auge behalten und zwar am besten von diesem göttlichen Distanz-Punkt aus. In seinen Erfolgen kann man dann seine Talente erkennen.

Wie hat Ihnen persönlich NLP (Neurolinguistische Programmierung) im Leben geholfen?

Auf einer sehr persönlichen Ebene war es so, dass ich mich mit unterschiedlichsten Formen der Psychotherapie, der Psychologie und der spirituellen Entwicklung beschäftigt habe. Ich habe mir über 100 Methoden angesehen und konnte allen etwas abgewinnen! Allerdings hat mich verwundert, dass die einzelnen Schulen sich voneinander abschnitten! Als ich NLP kennen gelernt und die Grundidee dahinter verstanden habe – dass es um das Gemeinsame und nicht um das Trennende geht – habe ich das als meine Heimat erkannt! NLP war in vielerlei Hinsicht eine Basis für mich: einerseits als Lebenseinstellung, andererseits durch das Herzstück des NLP, das Modeling. Denn Modeling ist eine standardisierte Form der Beobachtung, des Interviews und des Selbstversuchs und kann die Tiefenstruktur von Exzellenz sichtbar und lernbar machen. Dadurch war es möglich, jede weitere erfolgreiche Methode im Kern zu erfassen, einzuordnen und später zu lehren.

Wie würden Sie einem intelligenten 12-Jährigen erklären, was sich hinter NLP verbirgt?

Die intelligenten Kinder, mit denen ich bisher zu tun hatte, haben mir beigebracht, was unter NLP zu verstehen ist! Wenn ich einem 12-Jährigen begegne, werde ich ihm nicht NLP erklären, sondern versuchen, sein „In-der-Welt-Sein“ zu beobachten, um dadurch weitere Inputs zu bekommen. Denn: Jeder 12-Jährige ist seinen Eltern überlegen! Und die Eltern wissen das und kommen zu mir, um sich coachen zu lassen, damit sie ihm gewachsen sind!

Womit kämpft der Mann heutzutage und worin sehen Sie eine Lösung?

John Lennon hat einmal geschrieben: „Leben ist das, was passiert, während du eifrig dabei bist, andere Pläne zu machen!“ Der typische Mann bzw. der typische pseudoerfolgreiche Mann von heute versucht, sein Leben zu einem Werbespot zu machen. Dieser Weg ist in jedem Fall frustrierend: Gelingt es ihm, resultiert die Frustration in der Erkenntnis, dass dieser Weg vollkommen wertlos ist. Beispiele gibt es – nicht nur in Hollywood – genügend: Solche Aussagen hört man von Menschen, die diesen Weg zu Ende gehen, um dann zu entdecken, dass er eine Sackgasse ist! Es braucht extremen Mut, dann umzudrehen und seinen Weg woanders zu suchen!

Also Mehr ist nicht automatisch mehr?

Wir haben alle den Drang in uns, mehr zu wollen: Doch geht es dabei nicht um MEHR Geld oder MEHR Erfolg, sondern um die Entwicklung unseres persönlichen Potenzials. Wer diesen Drang missbraucht für ein Mehr an äußerem, materiellem Erfolg, wird in diese

Sackgasse geraten. Der deutsche Gehirnforscher Manfred Spitzer nennt diesen Irrglauben auch das hedonistische Hamsterrad. Besonders bei Männern ist der Druck extrem groß, da sie nur diesen einen gesellschaftlich anerkannten Weg sehen – bei Frauen gibt es neben der Karriere zumindest alternative Erwartungen, wie Kinder zu bekommen oder soziales Engagement!

Was würden Sie einem erfolgreichen Mann klarmachen, der zu Ihnen kommt und trotz allen Zielen, die er erreicht hat, immer noch unglücklich erscheint?

Ich würde ihm dazu gratulieren, dass er sich ein Sensorium für Erfolg und Scheitern bewahrt hat, denn dort beginnt das Feedback Nehmen! Solche Klienten habe ich laufend, es ist möglicherweise sogar eine der größten Klientengruppen. Wichtig ist, den Mut zu bekommen, umzukehren und zuzugeben, dass Glück mit äußerem Erfolg nichts zu tun hat. Das bedeutet auch nicht, dass ein Mensch um glücklich zu werden sein ganzes Geld wegwerfen muss. Es bedeutet nur, dass Glück und Geld zwei orthogonale Systeme sind und einfach nichts miteinander zu tun haben. Wenn man versucht, äußeren Erfolg zu verwenden, um glücklich zu werden, ist das so hoffnungslos wie der Versuch, den gestrigen Tag als Briefbeschwerer zu verwenden!

Wie würden Sie aus Ihrer Sicht einen selbstverwirklichten Menschen beschreiben?

Das kann man trinergetisch sehr gut betrachten: Wenn die Dramen, die man in der Kindheit gelernt hat, befriedet sind! Dann sind sie nicht mehr notwendig und man gebraucht die Dramen nur noch in dem Maße, in dem sie zur Unterhaltung beitragen

