

Inhaltsverzeichnis

HINFÜHRUNG	7	Diplomatisch bleiben.....	26
RISIKO EINGEHEN.....	7	Passende Körpersprache	27
<i>An sich arbeiten</i>	<i>7</i>	<i>Der Bereich Stegreif</i>	<i>28</i>
Überschneidende		<i>Abgrenzung Spontaneität,</i>	
Schwerpunkte	9	<i>Schlagfertigkeit und Stegreif.....</i>	<i>29</i>
TEIL 1 – SELBSTBEWUSSTES		TEIL 2 – SPONTANEITÄT	31
AUFTRETEN	13	SPONTANEITÄT UND/ODER	
 ÜBERZEUGT UND SELBSTBEWUSST		 SPONTANITÄT?.....	32
 HANDELN.....	14	WÄHLEN WIR SPONTAN DIE ERSTE VARIANTE	
SIND SIE BEREIT, ZUZUSCHLAGEN?	14	32
<i>Authentisches Auftreten</i>	<i>14</i>	<i>Dann bereite dich mal gut vor ..</i>	<i>32</i>
<i>Selbstbewusstsein.....</i>	<i>16</i>	Über den eigenen Schatten	
<i>Der Bereich Spontaneität.....</i>	<i>18</i>	springen.....	32
Spontaneität versus		<i>Jetzt werde ich spontan</i>	<i>33</i>
Berechenbarkeit.....	18	Verknüpfungen werden	
Innerer Antrieb.....	19	gebildet	33
Flexibilität.....	20	<i>Weiterleitung von Information</i>	<i>35</i>
Fehlende Sicherheit.....	21	Auslöser.....	36
Ruhe und Gelassenheit.....	22	Direkte Verknüpfungen.....	38
<i>Der Bereich Schlagfertigkeit.....</i>	<i>22</i>	Verknüpfungen ab Geburt.....	39
Ein Konflikt liegt in der Luft ..	23	<i>Übungen zur Spontaneität.....</i>	<i>39</i>
Ist der verbale Angriff gar		Assoziations-Ketten – Das	
keiner?.....	24	Käsebrötchen	40
Ruhig und überzeugend		Assoziations-Geschichten –	
bleiben.....	25	Sherlock Holmes.....	41
Gründe verbaler Angriffe	25	Waschbären waschen Wolle	43

TEIL 3 – SCHLAGFERTIGKEIT45

SCHLAGFERTIGKEIT – REAKTION AUF

EINE BOSHAFTIGKEIT46

BEREIT ZUZUSCHLAGEN?..... 46

*Der verbale Angriff und das
schlagfertige Kontern..... 46*

Die Boshaftigkeit aushebeln 47

Die destruktiven Killerphrasen
– gekonnt zum eigenen Vorteil
nutzen..... 52

Killerphrasen zerstören 53

Wie Killerphrasen entwaffnet
werden können 54

Übungen zur

Einwandbehandlung 57

Gesprächs-Taktik bei
Störungen im Dialog 58

Mental fit bleiben im
Gespräch..... 62

Das Warum-Spiel – Warum ist
die Banane krumm?..... 63

Paradigmenwechsel..... 64

*Übung zum Paradigmenwechsel
..... 64*

Das böse Schneewittchen?. 65

TEIL 4 – STEGREIF67

ÜBERZEUGEN NACH KURZER

VORBEREITUNG68

AUS DEM STEIGBÜGEL HANDELN 68

Reden aus dem Stegreif 68

Übungen zum Stegreif..... 69

Vergangenheit – Gegenwart –
Zukunft 69

Lobrede – Zu Ehren von 72

Stegreifrede – Weshalb ist die
Kuh lila? 74

Überzeugen – Die ‚lahme
Gurke‘ zum Star küren 76

Schwank – Auf der Alm, da
gibt’s kei’ Sünd‘ 78

Das Perpetuum Mobile..... 80

TEIL 5 – SICHERES AUFTRETEN83

AUFSTEHEN UND PROFIL ZEIGEN84

WER SICH BEWEGT, HAT DIE ZÜGEL IN DER
HAND 84

Das große Finale 84

*Übung Spontanität,
Schlagfertigkeit, Stegreif..... 84*

Die Anhörung vor Gericht – So
eine Schweinerei! 85

Die Vorgeladenen/Zeugen.. 86

Fazit 91

STICHWORTVERZEICHNIS93

UMGANG MIT MENSCHEN 96

Hinführung

Risiko eingehen

Nichts geschieht ohne Risiko, aber ohne Risiko geschieht auch nichts.

**Walter Scheel, dt. Bundespräsident
(1919 - 2016)**

An sich arbeiten

„Am liebsten würde ich alles hinschmeißen! Dieser tägliche, langweilige Trott geht mir auf die Nerven. Ich würde meinen Job aufgeben und auf die Fidschi Inseln umsiedeln. Das wäre toll!“

Nach einer Weile: „Na ja, ist ja nur ein Traum. Wie soll ich das machen? Ich brauche ja das Geld.“

Fehlt hier die Spontaneität? Oder ist dieser Mensch nur gewissenhaft und sieht zu, dass sein Leben nicht aus den Fugen gerät?

Dann gehen wir ‚eine Etage‘ tiefer.

„Am liebsten würde ich meinem Chef mal die Meinung sagen! Diese tägliche Gängelei geht mir wirklich auf die Nerven. Da habe ich keine Lust mehr drauf.“ Nach einer Weile: „Na ja, ich muss ja sehen wie ich klarkomme. Ich brauche das Geld.“

Fehlt hier vielleicht die Kraft zur Entscheidung? Oder ist es die Bequemlichkeit, etwas Neues zu wagen?

Liebe Leserin, lieber Leser, natürlich sollen Sie hier nicht zur Rebellion gegen Ihren Vorgesetzten oder Ihr Leben aufgerufen werden. Möglicherweise erkennen Sie in den beiden Beispielen trotzdem die eine oder andere Variante, die Ihnen manchmal auch durch den Kopf schießt.

Soll alles so bleiben, wie es immer ist? Speziell dann, wenn Sie etwas anderes erleben oder leben wollen?

Hat das etwas mit Spontaneität zu tun? In dem Augenblick, in dem Sie anfangen zu planen, liegt bestimmt keine Spontaneität mehr vor. Das spontane Handeln geschieht oft ohne jegliche bewusste Planung. Mit allen Risiken, die dabei entstehen.

Davon ausgehend, dass der Mensch nur ein Leben hat, stellt sich tatsächlich die Frage, ob es manchmal nicht doch besser ist spontan, also unvorbereitet eine Entscheidung zu treffen. Niemand wird im Vorfeld sagen können, ob diese Entscheidung für den Menschen gut oder schlecht ausfallen wird. Es muss einfach versucht werden. Dann kann der Mensch sehen, ob die getroffene Entscheidung richtig war.

Entzieht er sich der Entscheidung, wird er es nie wissen. So kommt es vor, dass der Betreffende im hohen Alter noch sagt: „Wäre ich damals nur auf die Fidschi Inseln ausgewandert.“ Oder: „Hätte ich meinem Chef nur damals alles vor die Füße geschmissen.“

Das ‚wäre‘ und das ‚hätte‘ bringt den Menschen aber jetzt nicht mehr weiter. Es ist zu spät.

So geht an Sie liebe Leserin, lieber Leser der Appell zu überlegen, inwieweit Sie nicht manchmal doch spontan handeln sollten. Die Entscheidung und die dadurch entstandenen Risiken nimmt Ihnen sowieso niemand ab.

Der vorliegende Text beschäftigt sich mit folgenden drei Schwerpunkten: Spontaneität, Schlagfertigkeit und Stegreif.

Eingeleitet werden diese drei Schwerpunkte, denen jeweils ein Kapitel gewidmet ist, mit dem Thema Selbstbewusstsein. Auch wenn bei diesem Thema nicht in die Tiefe gegangen werden soll, wird es selbstbewussten Menschen bestimmt leichter fallen, in die hier wichtigen Bereichen Spontaneität, Schlagfertigkeit und letztendlich Stegreif erfolgreich einzusteigen beziehungsweise diese umzusetzen.

Viele Menschen verschenken aufgrund von Bequemlichkeit oder dem sehr starken Gefühl der Sicherheit viele ‚Spielvarianten‘ ihres Lebens. So, wie es einmal festgelegt ist, hat das Leben nun zu funktionieren. Ob einer dabei wirklich glücklich wird, steht auf einem ganz anderen Papier.

Es kann natürlich auch sein, dass einer ganz einfach zu schüchtern, zu gehemmt oder zu introvertiert ist, um die genannten Themenbereiche anzugehen und deutlich umzusetzen. Selbstverständlich ist das in Ordnung, denn jeder Mensch ist so wie er ist.

Es ist kein Ziel dieses Buches, den Menschen in seinem Ego zu ändern. Was aber möglich ist, ist das Sensibilisieren von und zu anderen Verhaltensmustern, um ein anderes, selbstbewussteres, optimiertes Auftreten zu erzielen.

Überschneidende Schwerpunkte

Im ersten Schritt werden die drei Begriffe Spontaneität, Schlagfertigkeit und Stegreif beschrieben und die Unterschiede gezeigt.

Bei der Recherche zu diesem Thema fiel immer wieder auf, dass es deutliche Überschneidungen zu diesen drei Bereichen gibt.

Einige Wissenschaftler, Trainer und Autoren werfen die Begriffe in ihren Ausführungen durcheinander. Tatsächlich ist es so, dass es sich um drei Schwerpunkte handelt, die sich fast zwangsläufig überschneiden müssen – schließlich handelt der Mensch in seiner Ganzheit.

Um in jedem der drei Bereiche einen Trainings-Erfolg sehen zu können, wird hier im Buch eine bewusste Differenzierung vorgenommen.

Nach Überlegungen und Beschreibungen zum Schwerpunkt werden praktische Übungen vorgeschlagen, um den jeweiligen Bereich zu trainieren.

Die meisten Übungen können Sie alleine umsetzen. Einige Übungen lassen sich besser zu zweit, zu dritt oder gar zu viert realisieren.

Eine Übung können Sie mit einer großen Gruppe, wenn Sie wollen mit mehr als 10 Teilnehmern spielen, in Präsenz-Form oder auch in der Online-Variante.

Einige Übungen erscheinen fast schon lächerlich einfach oder in gewissem Maße auch verrückt. Gerade dann, wenn es Ihnen etwas verrückt erscheint, wird Ihre kreative Hirnhälfte bemüht.

Denn es soll ja bewusst anders gedacht und vorgegangen werden als bisher beziehungsweise als üblich. Lassen Sie sich einfach auf die Übungen ein.

Andere Übungen hingegen scheinen deutlich eine Herausforderung darzustellen. So, dass Sie anfangs sagen könnten: „Oh, nein, das kriege ich ja nie hin!“ Das macht gar nichts. Sie kriegen das schon hin. Wo ein Wille ist, ist bekanntlich auch ein Weg. Lassen Sie sich auf die Spiele ein.

Durch das Training sollte es Ihnen gelingen, Ihre Fähigkeiten in den genannten Bereichen auszubauen beziehungsweise zu vertiefen. Wie in vielen Fällen gilt auch hier: Lesen alleine bringt nicht den vollen Erfolg. Das Training bringt auf Dauer die gewünschte Änderung.

Die zweite Auflage zu diesem Buch entsteht, nachdem die Corona-Pandemie bereits über ein Dreivierteljahr wütet. Bekanntlich hat diese Pandemie das bisherige, geordnete Leben, bei den meisten Menschen total umgekrempelt oder aus der gewohnten Bahn geworfen.

Der eine ist der Verzweiflung nahe, der andere sieht die schlimme Situation als Chance, anders und neu zu denken und zu handeln.

Bevorzugen auch Sie die zweite Variante, da Sie auf die Zukunft hinarbeitet. Selbst dann, wenn Ihnen eine vorgeschlagene Übung aufgrund eingeschränkter Präsenz-Möglichkeit nicht optimal umsetzbar erscheint, kann sie gegebenenfalls mit kleiner Anpassung der Spielregeln trotzdem online gespielt werden.

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und scheuen Sie sich nicht, in dem einen oder anderen Fall spontan das Spiel anzupassen.

Vorab wurden einige Übungen auch in Online-Kursen getestet und praktiziert. Bei entsprechender technischer Basis-Ausstattung und engagiertem Einsatz der Mitspielenden, lassen sich nach wie vor sehr gute, lustige und wegweisende Ergebnisse erzielen.

Welchen der drei Bereiche Sie zuerst trainieren wollen, bleibt selbstverständlich Ihnen überlassen. Hier wurde die Reihenfolge der Übungen bewusst so gewählt, wie sie sich nach unseren Erfahrungen am besten trainieren lassen.

Liebe Leserin, lieber Leser, ich wünsche Ihnen viel Spaß und natürlich auch viel Erfolg bei den spontan umgesetzten, schlagfertigen Stegreifübungen.

Horst Hanisch

Auszug aus
Schlagfertigkeit-, Spontaneität-,
Stegreif-Knigge 2100
von Horst Hanisch

Teil 1 – Selbstbewusstes Auftreten

Auszug aus
Schlagfertigkeit-, Spontaneität-,
Stegreif-Knigge 2100
von Horst Hanisch

Überzeugt und selbstbewusst handeln

Sind Sie bereit, zuzuschlagen?

*Schlagfertig ist jede Antwort, die so klug ist,
dass der Zuhörer wünscht, er hätte sie gegeben.*
Elbert Green Hubbard, US-amerikanischer Essayist
(1856 - 1915)

Authentisches Auftreten

Was heißt authentisches Auftreten? Hier versteckt sich das Wort Authentizität. Das wiederum bedeutet, dass jemand so ist, wie er ist. Sich möglichst wenig hinter aufgesetzten Masken versteckt. Dass er bereit ist, Emotionen zu zeigen und wahrzunehmen, Fehler zu begehen und daraus zu lernen.

Schon die ‚alten‘ Griechen kannten das Wort ‚authentikòs‘ im Sinne von ‚echt‘.

Selbstverständlich stehen dem die (auch alten) Römer in Nichts nach. Hier bedeutet ‚authenticus‘ ‚zuverlässig‘. Wikipedia gibt als Übersetzung dazu ‚als Original befunden‘ an. Der Duden sagt ‚echt, den Tatsachen entsprechend‘.

Bezeichnet sich ein Mensch als authentisch, ist er ‚ein Original‘, ein einmaliges Individuum, mit eigenem Profil. Das heißt: Er hat Ecken und Kanten, die sein Profil ausmachen. Er steht zu den Besonderheiten seiner Persönlichkeit.

Es ist befreiend, kann jemand tatsächlich authentisch auftreten.

Das Schlüpfen in erwartete Rollen hingegen kostet viel Energie, Zeit und Kraft. Diese Energie, die investierte Zeit und natürlich auch die Kraft kann in andere Dinge oder andere Projekte gesteckt werden.

Teil 1 – Selbstbewusstes Auftreten

Bevorzugt wird das selbstbewusste Auftreten. Steht ein Mensch zu seiner eigenen Persönlichkeit, akzeptiert er seine ‚Macken‘ und muss diese nicht verstecken, kann er so sein, wie er ist.

Demjenigen, der authentisch und selbstbewusst auftritt, öffnen sich viele Möglichkeiten im Leben. Überall öffnet sich eine Tür mit zusätzlicher Option. Der Betreffende hat weniger Befürchtung, dass sein Handeln oder seine Entscheidungen negativ bewertet werden oder dass er deswegen ausgelacht wird.

Bei einer negativen Bewertung sieht er eher eine konstruktive Rückmeldung und nutzt diese als Chance beim nächsten Projekt oder bei der nächsten Entscheidung, anders vorzugehen.

In hiesiger Kultur, speziell in der Berufswelt, werden selbstbewusste Menschen gerne gesehen. Sie gelten als erfolgreich und im gewissen Sinn als begehrenswert.

Authentizität ist nicht zu verwechseln mit Arroganz. Besser: ‚natürliches Selbstbewusstsein‘ oder ‚natürliche Autorität‘.

Überlegen Sie, inwieweit Sie willig sind, in diesem Bereich an Ihrem Verhalten zu arbeiten, beziehungsweise Ihr authentisches Auftreten auszubauen.

„And the Winner is ...“

Neugierig drehen Sie Ihren Kopf in Richtung auf die aufgerufene Person. Applaus brandet auf, als die Person locker, stolz lächelnd aber nicht überheblich wirkend, zum Rednerpult geht.

Eine zügige Gangart, weit ausholende Schritte, aber nicht rennend. Locker schwingen die Arme an beiden Seiten mit.

Auf der Bühne angekommen, wendet sich die geehrte oder zu ehrende Person dem Publikum zu; der Applaus lässt nach und endet schließlich.

Eine scheinbar absolute Ruhe entsteht – die Zuhörer starren gespannt auf die im Rampenlicht stehende Person.

Diese lächelt freundlich und selbstbewusst in die Runde und beginnt mit einer leichten mit angenehmem Humor gewürzten Stegreifpräsentation.

Ohne zu stottern, mit kräftiger, freundlicher Stimme, in richtigem Sprechtempo. Leicht verständliche Sätze, gut strukturiert und spannend zuzuhören. Nach wenigen Minuten ist die Rede beendet, die Zuschauer applaudieren begeistert, fast frenetisch, ein Präsent wird vom stolzen Veranstalter mit ein paar netten Worten überreicht und die geehrte Person begibt sich zum Sitzplatz zurück.

Sie sind begeistert. Sie bewundern die Souveränität, die Kraft des gesprochenen Wortes, die Selbstsicherheit. So schnell werden Sie diesen Auftritt nicht vergessen.

Viele im Publikum werden ähnlich empfinden.

Sie werden über die Person bewundernd denken, vielleicht auch ein wenig neidisch. Sie werden sich Gedanken machen, dass Sie selbst auch gerne so authentisch auftreten würden. Ist das machbar? Ja, wir meinen, das geht. Dem einen fällt es etwas leichter, der andere benötigt schon etwas mehr Aufwand. Übung und Training an und mit sich selbst sind dazu die Bedingungen.

Selbstbewusstsein

Tja, ist es wirklich dem einen in die Wiege gelegt, mit solch einem überzeugenden Selbstbewusstsein aufzutreten? Dann hätten alle anderen Pech, die mit weniger Überzeugungskraft geboren wurden.

Na, machte es sich der Zurückhaltende da vielleicht nicht ein wenig zu einfach, eine Ausrede zu finden?

Teil 1 – Selbstbewusstes Auftreten

Dass ein heranwachsender Mensch von außen, von seinem sozialen Umfeld geprägt und gleichzeitig trainiert wird, darf als unwidersprochen gelten.

Lebt der Erdenbewohner ein paar Jahre auf dieser Welt, wird er, getrieben durch Neugierde und Wissbegierige, experimentieren, seine Grenzen austesten, Risiken eingehen und so weiter. So lernt er dazu und entwickelt sich (selbst). Immer wieder, ständig, ein Leben lang.

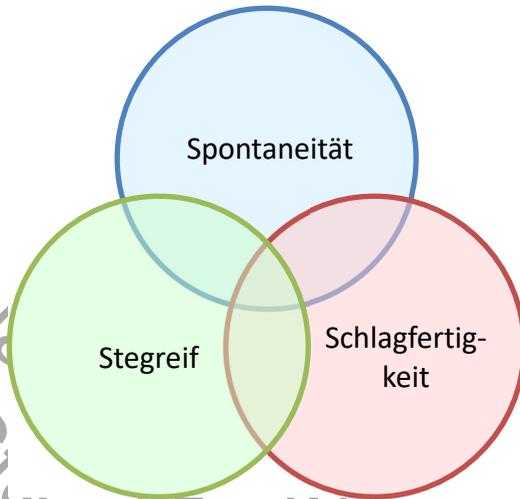
Reflektiert der Betreffende sein eigenes Handeln und hat er konkrete, realisierbare Ziele vor Augen, hat er die Möglichkeit und die fantastische Chance, sich in dem Sinne zu trainieren, den er für richtig empfindet.

Damit kann er nicht nur sein eigenes Selbstbewusstsein aus- und aufbauen, sondern auch die rhetorischen Bereiche trainieren, um die es in diesem Ratgeber geht: Spontaneität, Schlagfertigkeit, Stegreif.

Bevor hier einige Techniken und Übungen für das Training gezeigt werden, soll erst einmal überlegt werden, wofür die drei Begriffe stehen. Dann wird auch klarer, weshalb sich das Training lohnt.

Dabei wird auch erkennbar werden, dass sich die drei Bereiche einander berühren, genauer gesagt sogar überschneiden.

Das würde bedeuten, dass einer der drei Bereiche ohne die beiden anderen alleine nicht optimal existieren kann. Die folgende Darstellung soll das bildlich zeigen.



Der Bereich Spontaneität

„Sei doch mal spontan!“ Allein die geäußerte Aufforderung scheint im Gegensatz zum Begriff Spontaneität zu stehen. Wäre jemand spontan, bekäme er diese Aufforderung von anderen nicht.

Genauso wenig lässt sich Spontaneität vorbereiten oder planen. Dann wäre es ja nicht mehr spontan.

Spontaneität versus Berechenbarkeit

So könnte das Gegenteil oder der Gegenbegriff zu Spontaneität das Wort Berechenbarkeit sein. Das letztgenannte Wort zeigt – wie das Wort aussagt – dass etwas berechnet wird. Es wird geplant, überlegt, Vor- und Nachteile werden abgewogen.

tun → spontan

planen,
abwägen,
berechnen → berechenbar

Teil 1 – Selbstbewusstes Auftreten

Die genannten Wörter gehören demnach zu Verhaltensmustern, die der Spontaneität gegenüberstehen. Spontaneität wird eher als intuitive, ‚aus dem Bauch heraus‘ getroffene Handlung gesehen.

Die spontane Vorgehensweise wirkt überraschend und löst bei Dritten manchmal ein Lachen aus, da das Verhalten unerwartet geschieht. Das birgt allerdings auch eine gewisse Gefahr. Wer ohne wohl überlegte Planung agiert, riskiert auch deutliche Fehler zu begehen. Möglicherweise brüskiert er andere oder baut eine peinliche Situation auf.

Manche meinen auch, dass ‚sich nicht entscheiden können‘ oder das Aufschieben (wichtiger) Entscheidungen als Spontaneität zu bezeichnen ist. Also sozusagen gegen eine Entscheidung entscheiden (er entscheidet sich dafür, sich nicht zu entscheiden).

Dem ist nicht so. Hier handelt es sich eventuell um Schwächen im Zeitmanagement, um Faulheit oder gegebenenfalls sogar um eine gewisse Respektlosigkeit anderen Personen gegenüber.

Das Wort Spontaneität kommt aus dem Lateinischen ‚spontaneus‘, in dem wiederum der Begriff ‚spons‘ steckt, was für Antrieb, Trieb, Reiz oder eigener Wille steht. Daraus wurde das französische Wort ‚spontanité‘. Deshalb wird es laut Duden auch Spontaneität, also mit ‚e‘ geschrieben, alternativ auch Spontanität.

Innerer Antrieb

Das spontane Handeln kommt also aus innerem Antrieb. Plötzliche Gedankenverbindungen lösen ein unwillkürliches, schnelles, intuitives Verhalten aus.

Offensichtlich ist derjenige spontaner, der geistig kreativ ist und die Bereitschaft zeigt, ‚verrückte‘ Ideen zuzulassen.

Visionäres Denken, unkonventionelle Überlegungen, Kreativität, Flexibilität und die Bereitschaft, konservative Denkblockaden zu überwinden, sind die Ausgangspunkte für Spontaneität.

Derjenige, der so vorgehen kann, ist in seinem Handeln schwer einschätzbar. Das kann in Verhandlungssituationen von deutlichem Vorteil sein. Derjenige, der geplant vorgeht, ist leichter berechenbar, da seine Vorgehensweise unter Umständen vorhersehbar ist. Beim flexibel und spontan Handelnden ist das kaum möglich.

Das allein ist schon Grund genug, die eigene Spontaneität zu trainieren.

Flexibilität

Es gibt noch andere Gründe. Das Leben bringt immer wieder neue und unerwartete Situationen.

Fast täglich zeigen Politik, Wirtschaft, Religion und viele andere Bereiche, dass es kein eindeutiges Richtig oder Falsch gibt. Gerade dann, wenn anzunehmen wäre, dass alles geregelt ist, knallt es an irgendeinem anderen Ende der Welt. Keiner hatte mit diesem Knall gerechnet. Niemand konnte ihn vorher hören und demnach konnte auch niemand planen, um diesen Knall zu verhindern.

Die jüngste Vergangenheit zeigt viele dieser (leider negativen) Beispiele. Die Gesellschaft und der einzelne Mensch werden mehr oder weniger gezwungen, unter Umständen schlagartig, auf neue Gegebenheiten zu reagieren.

Zwangsläufig braucht er hier eine gewisse Flexibilität. Je schneller er reagiert, desto spontaner ist er. Alles Neue birgt immer die Gefahr, dass sie dem Individuum einen Nachteil bringt. Deshalb stehen viele Menschen Neuigkeiten häufig auch eher distanziert gegenüber.

Teil 1 – Selbstbewusstes Auftreten

Das Bekannte gibt Sicherheit, Unbekanntes birgt Ungewissheit. Wer sich in Sicherheit wiegen kann, fühlt sich unbedroht und damit wohl. Bei Neuem fehlt diese Sicherheit, woraus folgt, dass sich der Mensch bedroht fühlt.

Das traurige Beispiel der jüngsten Vergangenheit dürfte danach die Corona-Pandemie zeigen. Ein Riesen-Knall, der anfangs von den meisten gar nicht als solcher erkannt oder eingeschätzt wurde.

Also eher eine lautlose, hinterlistige, alles infragestellende Gefahr, auf die so gut wie niemand vorbereitet war.

In kürzester Zeit musste viel Bewährtes ‚über den Haufen‘ geworfen werden. Vorgehensweisen, die eben noch als gesellschaftlich richtig und wichtig galten, verloren von jetzt auf gleich ihre Gültigkeit. Unter Umständen wäre das Beibehalten bestimmter Rituale sogar gefährlich, lebensgefährlich geworden.

Hektisch versuchten die Verantwortlichen, allen voran Politiker, Mediziner, Epidemiologen, Wissenschaftler, Verbandssprecher, Wirtschaftsbosse wie auch Inhaber kleiner, individuell betriebene Unternehmen und viele andere sich auf die neuen Herausforderungen einzustellen und entsprechende Regeln zu erlassen.

In verblüffend kurzer Zeit zeigten Kreative bis dato unbekannte Vertriebswege, Unterrichtsmöglichkeiten und Arten des gesellschaftlichen Zusammenlebens.

Wie viel Spontantität (verbunden mit Risiko) stand hinter mancher mutigen Neuorientierung? Hut ab vor denen, die es versuchten.

Fehlende Sicherheit

Die über Jahrzehnte aufgebaute Sicherheit bestand in vielen Konstellationen nicht mehr.

Wie erwähnt, gibt es aber keine absolute Sicherheit auf dieser Welt. Ständig gibt es anderes. Derjenige, der zu sehr die Sicherheit sucht, gerät hier in ein gewisses Dilemma. Denn er will sich der entstehenden Unsicherheit nicht unbedingt stellen.

Wer hingegen Neuigkeiten als Chance sieht, gewinnt noch mehr Freude am Leben und an den zahlreichen Facetten, die dieses bietet.

Die Akzeptanz, dass sich nicht alles bis ins Detail planen lässt, bereitet den Weg zur Spontaneität. Durch diese Neugierde, die Akzeptanz, aber auch gegebenenfalls die Gelassenheit wird es für den spontanen Menschen leichter, durchs Leben zu gehen. Er hat damit einen Vorteil.

Somit ergeben sich zwei deutliche Vorteile, weshalb es sich lohnt, die Spontaneität auszubauen.

Schließlich noch ein dritter Vorteil. Wer selbst Ruhe und Gelassenheit bei unerwarteten – auch existenzbedrohenden – Situationen zeigt, strahlt diese Ruhe auch auf andere aus. Damit kann panikartiges Gefühl vermieden werden und die Herausforderung ‚mit links‘ erledigt werden.

Ruhe und Gelassenheit

Mit Ruhe und Gelassenheit lassen sich viele Herausforderungen leichter lösen. Ältere Profis, die nicht gerade unter Altersstarrsinn leiden, genießen diese Eigenschaften. Sie sollten aber nicht warten, bis Sie alt sind, um diese Ruhe auszustrahlen.

Ob das WC-Papier quer oder längs gestreift ist, dürfte in den meisten Fällen egal sein. Es gibt bekanntlich Wichtigeres im Leben.