



Antony Fedrigotti bei seinem Vortrag im Rahmen der Reihe „Impulse für die Region – Von den Besten profitieren“. Foto: Dennis Bartz

„Die positiven Gedanken müssen überwiegen“

Antony Fedrigotti stellt sein Gedankenmanagement vor

„Sie können Ihr Leben auch als Pessimist verbringen. Aber was hilft das? Der Zeit ist das völlig egal, sie verrinnt ohnehin.“ Antony Fedrigotti, Experte für Persönlichkeitsentwicklung, holt in der voll besetzten Halle der Braunschweigischen Landessparkasse noch weiter aus: Optimisten leben länger, sie sind gut zu sich selbst und damit auch zu ihrem Umfeld, zu ihrer Familie.“

Diese Einstellung, betonte der 53-Jährige während seines Referats im Rahmen der Vortragsreihe „Impulse für die Region – Von den Besten profitieren“, zahle sich im Umgang mit Geschäftskunden ebenso aus wie in der privaten Umgebung.

Fedrigotti meint damit aber nicht die Optimisten, die „nach einem Sturz vom Hausdach beim Vorbeiflug an der obersten Etage sagen: ‚Bis jetzt ging alles gut.‘“ Der Fachmann für Gedankenmanagement setzt auf „realistischen Optimismus“: „Wenn wir endlich aufhören würden, der aktuellen Wirtschaftskrise etwas Dramatisches zu unterstellen, hätte sie nicht diese Ausmaße.“

Sich stets neu zu motivieren, sich Ziele zu setzen, sei wichtig. Eine Hilfe für eine andere Lebenseinstellung: Die positiven Gedanken müssen überwiegen. „Es ist nicht möglich, nie negativ zu denken. Es kommt darauf an, wie lange Sie bei diesen negativen Gedanken verweilen.“

„Powerthinking“ hat Fedrigotti sein Konzept betitelt, mit dem er Manager und Angestellte in ganz Europa schult und motiviert: „Worauf ich meine Aufmerksamkeit lenke, dort fließt meine Lebenskraft ein“, betont der Sportler (6. Dan in der Kampfsportart Tae-Kwon-Do) und lässt sein Publikum Stifte an Fäden auspendeln. Fast allen gelingt es, den Kugelschreiber in die gewünschte Richtung schwingen zu lassen: „Das hat mit Mystik nichts zu tun. Es sind einfach Nervenenden in Ihren Fingerspitzen.“ Aber das Beispiel zeigt die „Kraft der Gedanken“, deren Aufmerksamkeit Fedrigotti gilt: „Wir können nicht alles beeinflussen. Aber wir können beeinflussen, wie wir darauf reagieren.“

Michael Michalzik

36

Tipps zur Unternehmenskultur

Ein innerer Schweinehund kann ziemlich lästig sein: Er rät von Bewährungsproben am Arbeitsplatz ab, von der Umsetzung neuer Ideen und vielleicht sogar vom morgendlichen Aufstehen selbst. So einen Schweinehund kann man sich aber auch erziehen. TV-Coach Dr. Stefan Frädrieh nennt das Tierchen im Kopf „Günter“: „Der innere Schweinehund kommt immer

dann zum Vorschein, wenn unser Gehirn kein Programm abspulen kann“, erklärte der Autor während der Vortragsreihe „Impulse für die Region“, die von der Braunschweiger Zeitung präsentiert wird: „Das Gehirn ist eine Überlebensmaschine, ein Sicherheitskonstrukt. Es will einen Gleichgewichtszustand.“ Deswegen die Scheu vor Herausforderungen und Innovationen.

