

BERND WIENERT

Etikett Arbeitslos



**Hilfe zur
Selbsthilfe**

BERND WIENERT

**ETIKETT
ARBEITSLOS**

Deutsche Erstausgabe
ASARO VERLAG

© 2006
ASARO VERLAG

Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das Recht der mechanischen, elektronischen oder fotografischen Vervielfältigung, der Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen, des Nachdrucks in Zeitungen oder Zeitschriften, des öffentlichen Vortrags, der Verfilmung oder Dramatisierung, der Übertragung durch Rundfunk, Fernsehen oder Video, auch einzelner Text- oder Bildteile.

ASARO Verlag Sprakensehl
Printed 2006 in Germany

www.asaro-verlag.de
mail@asaro-verlag.de

Rechtschreibung nach Duden 2005

Über vier Millionen Arbeitslose, für die niemand verantwortlich sein will! Ein ramponiertes Sozialsystem und desolante Staatsfinanzen erhöhen nicht gerade die Hoffnung, diese gewaltige Zahl zu drücken! Die Bilanz vergangener fünfzehnjähriger Politik ist deprimierend und scheint uns alle zu lähmen.

Das Thema Arbeitslosigkeit brennt unserer Gesellschaft unter den Nägeln, und die Politik findet keine Lösungen, diesem Desaster zu entkommen. Mittlerweile dürfte es sich selbst bis zum letzten parlamentarischen Hinterbänkler herumgesprochen haben, dass Arbeitsplätze nur durch niedrigere Steuerabgaben zu halten sind, von der Schaffung neuer einmal ganz zu schweigen.

Doch eine Politik, die bisher mehr auf das Umverteilen, statt auf das Erwirtschaften setzte, wird bei aller Präsenz wohl kaum das nötige Wählervertrauen erhalten, das einen Regierungswechsel ermöglichen könnte.

Was uns bleibt, ist die Hoffnung, dass durch diese Stagnation unternehmerischer Ehrgeiz und Mut zum Risiko hier zu Lande nicht gänzlich auf der Strecke bleibt und Banken in neue Ideen wagemutiger Existenzgründer investieren, ohne gleich für jeden geliehenen Euro zwei als Sicherheit zu beanspruchen.

Der bedauernswerte Mensch »Arbeitsloser« bleibt sich selbst überlassen und bekommt selten die Chance echter Hilfe. Arbeitslose suchen Hilfe, finden sie jedoch in den seltensten Fällen dort, wo sie sie suchen. Sie sind auf sich allein gestellt und von der Gesellschaft gemieden.

Die hier gezeigten Lösungen ermöglichen jeden Arbeitslosen, sich selbst zu helfen, geben ihm Hilfe zur Selbsthilfe! Die Lösung des Problems *Arbeitslosigkeit* mit Hilfe aufgezeigter Vorschläge funktioniert und ist ge-

testet. Arbeitslose brauchen Hilfe zur Selbsthilfe. Dieses Werk soll sie Ihnen geben, an manchen Stellen ironisch geschrieben aber doch verständlich.

Vier Millionen Menschen warten auf Hilfe, die beiliegenden Zeilen können helfen, nicht jedem, aber vielen, die sich danach richten.

Ursachen

Sie sind arbeitslos, schon lange? Und, fragten Sie sich, warum Sie arbeitslos geworden sind und wie Sie dieses Unglück ereilte?

Vermutlich nicht. Es ist ja klar, die Firma baute Arbeitsplätze ab oder ging Konkurs.

Es gibt eintausendundeins Gründe, um in die Arbeitslosigkeit hineinzurutschen und irgendeiner traf auf Sie zu.

Bedauerten Sie sich Ihres Unglücks, weinten Sie womöglich noch? Verfluchten Sie Ihren ehemaligen Brötchengeber oder die Politiker, die Schuld an dieser Misere tragen?

»Sicher!«, sagen Sie jetzt. »Sie alle sind doch Schuld an meinem Desaster!«

Und erst das Arbeitsamt, viele Male suchten Sie es erfolglos auf, füllten Anträge aus, schlugen sich mit den Berufsberatern und Arbeitsvermittlern herum, denen ihr Hemd aber näher ist als Ihres. Was dachten Sie über sie?

Vermutlich auch nur Negatives, da sie bis jetzt nicht fähig waren, Ihnen eine passende Arbeit zu vermitteln. Keine vernünftige Arbeit, die Sie ansprach. Arbeit, die in Ihren Augen unterbezahlt war, oder vielleicht noch schlimmer, weit unter Ihrem Ausbildungsniveau lag.

Nein, so weit wollten Sie nicht absinken. Es reicht doch, dass Sie bereits arbeitslos sind, und irgendwann werden Sie sicher einen neuen Arbeitsplatz finden.

Sie ließen sich ins soziale Netz der BRD fallen? Warum nicht? Schränken Sie Ihre Ausgaben ein und Sie werden darin überleben. Sehen Sie das positiv, eine hervorragende Gelegenheit, sparen zu lernen!

Ihr Nachbar, Ihre Bekannten, mit denen Sie früher ein Bier oder öfters gepflegt Essen gingen, das ist jetzt nicht mehr drin. Sie müssen sparen! Vermutlich verschwiegen Sie ihnen Ihre Arbeitslosigkeit, aber irgendwie bekamen sie es doch heraus.

Schämten Sie sich ihnen gegenüber?

»Könnte sein!«, werden Sie sagen. Oder gehören Sie zu den Menschen, die Ihre Arbeitslosigkeit verbergen, in dem sie jeden Morgen zum Schein das Haus verlassen und abends wieder heimkehren?

Sind Sie zufrieden mit Ihrem jetzigen Zustand?

Mehr als eine Million Menschen wird jetzt aufschreien: »Natürlich, was wollen wir mehr, wir haben alles, was wir benötigen. Essen, Trinken, eine Wohnung, der Staat lässt uns nicht verhungern!«

Wenn Sie zu dieser Million gehören, brechen Sie hier ab, lesen Sie nicht mehr weiter, lassen Sie sich zurückfallen in das soziale Netz und träumen Sie weiter. Aber bedenken Sie, es wird immer löchriger. Passen Sie auf, dass Sie nicht durch die Maschen fallen!

Ja, eine Menge Ärger brockte Ihnen da ihr ehemaliger Chef oder wer auch immer ein. Setzen Sie sich in einer ruhigen Minute in Ihren bequemen Sessel und überlegen Sie, was da alles auf Sie zukam, Sie aus Ihrem gewohnten Trott riss. Sie werden beunruhigt über die Verursacher sein, und Zornesröte wird ihr Gesicht überziehen.

Nehmen Sie ein Blatt Papier zur Hand und schreiben Sie auf, was Ihnen in den Sinn kommt, all die negativen Begleiterscheinungen, die Sie und Ihre Familie durch Ihre Arbeitslosigkeit trafen. Tun Sie es jetzt!

Wie?!!! Sie haben keine Lust dazu oder keine Zeit! Gehören Sie zu der oben genannten Spezies Mensch? Wenn ja, hören Sie hier auf zu lesen und träumen Sie weiter von einer besseren Welt.

Sie schrieben alles auf? Je nach Leidensdruck dürften einige Punkte zusammengekommen sein, die Ihnen da ihr ehemaliger Brötchengeber eingebrockte.

Schließen Sie für kurze Zeit die Augen, arbeiten Sie alle Punkte ab. Spüren Sie die Wut, die in Ihnen aufsteigt? Auf wem? Auf Ihren einstigen Arbeitgeber?

Die Schuldfrage

HALT, STOPP! Ist das wirklich die Wut auf Ihren ehemaligen Arbeitgeber?

Jeder ist seines Glückes Schmied!

»Was soll dieses alberne Sprichwort? Was hat das mit meiner Arbeitslosigkeit zu tun?«

ALLES, wirklich alles. Dieses Sprichwort trägt die Schuld an Ihrer desolaten Lage!

»Ein Sprichwort? Nein, unmöglich!«, höre ich Sie sagen.

Doch es ist so!

Sie haben ihr Leben in der Hand, Sie steuern es, nur Sie, kein anderer kann es beeinflussen.

Das erkannten schon unsere Ahnen. Sie besaßen noch Zeit über sich nachzudenken. Zeit, die in unseren heutigen, hektischen Tagen fehlt. Oder nahmen Sie sich jemals Zeit, über sich selbst nachzudenken?

Sie wird uns geraubt von allerlei Ablenkungen, Fernsehen, Radio, Kino und diversen anderen Freizeitvergnügungen. Aber jetzt besitzen Sie Zeit, Zeit über sich nachzudenken.

»Aber nicht über dieses dämliche Sprichwort! Lassen Sie mich lieber überlegen, wie ich an Arbeit komme!«

Oh doch, Sie werden über sich nachdenken, trotz Ihrer Proteste! Sie müssen sich klar werden, wieso Sie arbeitslos geworden sind und warum Sie sich jetzt in dieser Lage befinden.

Wie kam es zu Ihrer Arbeitslosigkeit?

»Nicht schon wieder, ich wurde entlassen, Stellenabbau!«, werden sie antworten.

Gut, nehmen wir an, Ihnen ist gekündigt worden, wegen Stellenabbau. Ihr Arbeitsplatz wurde wegrationalisiert. Wie eingangs erwähnt, werden Sie denken, Ihre Firma trägt die Schuld an Ihrer Misere.

Drehen wir die Sache um.

Wie lange arbeiteten Sie in dieser Firma? Wahrscheinlich lange genug, um mitzubekommen, dass sich etwas anbahnte, die Auftragslage sich verschlechterte, oder auch nur Gerüchte kommender Entlassungen umgingen.

Die Lage verschärfte sich in den kommenden Wochen, die ersten Kündigungen wurden ausgesprochen. Sie hatten Glück und blieben verschont. Was unternahmen Sie in den darauf folgenden Tagen?

Ich sage es Ihnen -Nichts- taten Sie. Sie taten nichts, um sich vor der drohenden Arbeitslosigkeit zu schützen, auch als schon die ersten Gerüchte einer eventuellen Betriebsschließung die Runde machten.

Vielleicht zitterten Sie um Ihren Arbeitsplatz, hofften, dass er erhalten blieb und Sie nicht auf der Ab-

schussliste standen.

Die zweite Kündigungswelle nach einem Monat, jetzt erwischte es Sie.

So oder so ähnlich spielen sich monatlich Tausende Kündigungen ab. Menschen sitzen auf der Straße.

»Warum gerade ich? Mein Kollege, mit dem ich zusammenarbeitete, blieb in der Firma. Er hat heute einen sichereren Posten als damals?«

Die Antwort ist einfach: Er ist besser als Sie, um einiges besser! Er durfte bleiben. Sie mussten gehen. Ihr Vorgesetzter musste wählen. Die Wahl traf Sie.

Verstehen Sie, nicht ihr Chef entließ Sie, Ihre vermutlich mangelnde Qualifikation oder ein zwischenmenschliches Problem, das Sie vielleicht irgendwann einmal auslösten, führte zu Ihrer Entlassung!

An Ihrer Kündigung tragen Sie Schuld!

»Nein, ich nicht!«, protestieren Sie. »Ich nahm an allen innerbetrieblichen Fortbildungskursen teil und zwischenmenschliche Probleme tauchten nie auf. Ich war ein angesehener Mitarbeiter!«

Kommen Sie herunter von Ihrer Wolke! Sehen Sie ein, Sie waren nicht gut genug für diesen Betrieb. Wären Sie es, so würden Sie heute nicht diese Zeilen lesen.

Warum unternahmen Sie nichts, als die ersten Gerüchte umgingen, sahen sich nach einer anderen Stelle um? Man ahnt oder weiß, wenn man sich dem Betrieb verbunden fühlt, um die Gefahr seines Arbeitsplatzes.

Warum schauten Sie sich nicht schon vorher auf dem freien Arbeitsmarkt nach einer neuen, gesicherten Stelle um? Zeit dazu hatten Sie. Einige Ihrer ehemaligen entlassenen Kollegen taten dies. Sie fanden einen neuen Job.

Was taten Sie? Sie zitterten um Ihren Arbeitsplatz wie ein Kaninchen in seinem Bau vor dem der Habicht, der

in den Lüften seine Runden zieht.

Ich will nicht behaupten, dass die über vier Millionen Arbeitslosen, die Dunkelziffer und die Menschen, die in irgendwelchen arbeitsfördernden Maßnahmen stehen, nicht mit eingerechnet, alle ein Handicap besitzen, dass sie nicht gut genug für den Arbeitsmarkt sind, sie sind vielleicht nur den Anforderungen der heutigen Zeit und der ihres Berufes nicht mehr gewachsen.

Es wird schwer sein, die Versager, Menschen, die nicht bereit sind, zu lernen, Menschen die resignierten, Menschen, die ein Umdenken nicht für nötig halten, irgendwo unterzubringen. Sie haben kaum Chancen auf dem Arbeitsmarkt. Sind sie die Schwachen der Gesellschaft?

Sie schossen sich selbst ab, wie Sie später erfahren werden. Auch durch Ihre Unwissenheit.

Verstehen Sie jetzt? Jeder ist seines Glückes Schmied! Noch nicht? Lesen Sie weiter!

Kein Arbeitgeber der Welt kann dafür, dass Sie arbeitslos sind, Sie können niemanden dafür verantwortlich machen, außer sich selbst!

Hier einige der Gründe, weshalb auch Sie nur schwer eine neue Arbeit finden werden:

Ihre berufliche Qualifikation lässt zu wünschen übrig.
Sie sind zu alt.

Sie können sich nicht fügen, oder haben Probleme im zwischenmenschlichen Bereich.

Sie sind nicht bereit, umzulernen, umzudenken.

Sie sind nicht flexibel genug.

Sie resignierten, gaben auf.

Sie sind zu faul, sich eine Arbeit zu suchen.

*Sie sind sich zu fein, eine niedrigere Arbeit anzunehmen.
Sie würden nie wegen einer Stelle umziehen, den Wohnort
wechseln.*

Einer dieser Gründe trifft auf Sie zu, seien Sie ehrlich zu sich selbst. Würde keiner der oben genannten Gründe auf Sie zutreffen, hätten Sie ein Problem. Welches? Warum opfern Sie ihre kostbare Zeit und lesen Sie diesen Artikel?

Sie sehen, jeder Arbeitslose hat seine Arbeitslosigkeit selbst zu verantworten.

»Aber, wie komme ich da raus? So viele Arbeitsplätze gibt es nicht, dass über vier Millionen wieder Arbeit finden.«

Es gibt sie. Theoretisch hätte jeder einen Arbeitsplatz. Es liegt an uns allen, der Politik, der Industrie, des Handwerks und der arbeitenden Bevölkerung.

Letztere Gattung stiehlt uns sogar noch Arbeitsplätze. Denken Sie an Schwarzarbeit, die uns Tausende von Arbeitsplätzen kostet, von den volkswirtschaftlichen Schäden ganz zu schweigen.

Mir tränten die Augen, als ich vor Kurzem einen Artikel in einer großen deutschen Tageszeitung las, in dem der Autor durchblicken ließ, dass er nicht bereit wäre, auch nur einen Cent mehr für den Liter Benzin zu zahlen, falls wie in früheren Zeiten, der Tankwart sein Auto betankte, oder im Supermarkt an der Kasse, die gekauften Waren von einer netten Dame (oder Herr) in die Einkaufstüte gepackt würden, auch lehnte er jede Form von kleinen Dienstleistungen ab, die aber in unseren Nachbarstaaten selbstverständlich sind.

War sich dieser Mensch bewusst, was er schrieb? Wahrscheinlich nicht. Würde er nachdenken, so hätte er diese Zeilen nie veröffentlicht.

Es sind Centbeträge, die die Waren verteuern und uns unwesentlich belasten, aber dafür Tausende von Arbeitsplätzen schaffen. Dachte der Schreiber daran, dass jeder neue Arbeitsplatz den Steuerzahler entlastet? Dass er mit einer monatlichen Mehrausgabe von ein paar Euro, die bedeutend weniger ist, als die nächste Zwangsabgabe (Steuer) die uns bevorsteht, sich auch selbst entlastet?

Wir müssen diese Aldi-Mentalität aus unseren Köpfen verdrängen, die unser Land vor Jahren wie eine Seuche befiel!

Ich will hier auf keine Lösungsversuche eingehen, die uns die Politik, Industrie oder Gewerkschaft immer wieder aufs Neue beschert, die aber seltsamerweise die Arbeitslosenquote immer höher schnellen lassen, anstatt sie zu senken, sondern auf Sie ganz persönlich, ihnen Lösungsversuche vermitteln, gegen Ihre Arbeitslosigkeit.

Der Arbeitsmarkt der Zukunft

Dienstleistungen

Der Arbeitsmarkt wandelte sich im Laufe der letzten Jahre. Niemand kann Ihnen garantieren, in dem einmal erlernten Beruf ein Leben lang tätig zu sein. Vielmehr werden Sie gezwungen, in den durchschnittlich 45 Jahren Ihres Arbeitslebens etwa drei Mal, vielleicht auch öfters, die Art Ihrer Tätigkeit zu wechseln.

Sie müssen umdenken, flexibler werden. Nichts ist mehr wie vor zehn oder zwanzig Jahren und es wird härter. Nur die Besten und Flexiblen und die Menschen, die bereit sind zu lernen, werden Erfolg und Arbeit haben.

Legen Sie ihr typisch deutsches Verhalten ab!

Arbeiten Sie dort, wo sie Arbeit finden oder Ihnen Arbeit angeboten wird.

Sagen Sie Ja zu einem Ortswechsel.

Sind Sie sich nicht zu schade für niedrigere Arbeiten. Diese müssen nicht von Dauer sein, so können Sie die Wartezeit auf einen besser bezahlten Job überbrücken.

Arbeit schändet nicht! Halten Sie sich dieses alte Sprichwort stets vor Augen!

Es werden bald in Deutschland ähnliche Verhältnisse herrschen wie in Amerika, die Zeichen deuten darauf hin. Unser heiß geliebter Sozialstaat ist dem Untergang geweiht, wir werden ihn bald verabschieden müssen. Stellen Sie sich vor, Arbeitslosengeld nur noch für ein halbes Jahr, danach wirklich nur das Nötigste, nur so viel, dass Sie in bitterer Armut überleben können!

Sozialstaat Ade, soziales Netz finito! Was dann? Ghettos in den Städten, Verhältnisse wie in den Drittländern? Die Geburtsstunde neuer Slums?

Aufstände, Massendemonstrationen? Wer weiß, was kommen wird, und wer kann definitiv sagen, wie es in fünf Jahren aussieht?

Dieses Horrorszenario zu vermeiden liegt an uns, vor allem an den Arbeitslosen. Sie müssen bereit sein umzudenken, neue Wege gehen, nicht nur auf die Hilfe des Staates hoffen und abwarten, was geschieht.

Der Staat wird Sie irgendwann in absehbarer Zukunft verlassen, wird Sie fallen lassen wie eine heiße Kartoffel, weil er nicht mehr einen Cent für Sie aufbringen kann.

Das klingt hart und brutal, aber Studien belegen, dass dieser Tag nicht mehr weit entfernt ist.

Ein Wechsel ist in unserer Gesellschaft zu beobachten. Dienstleistungen werden in den nächsten Jahren gefragt sein wie nie zuvor, und das Sprichwort »Handwerk hat goldenen Boden« wird zu neuer Blüte erwachen.

Auch als Akademiker sieht Ihre Zukunft düster aus. Es wird in Deutschland immer schwieriger, für Sie Fuß zu fassen. Auch Sie müssen umdenken, falls Sie nicht der *Beste* sind.

Kommen Sie herunter vom hohen Ross, satteln Sie ihr Pony. Seien Sie bereit, auch für Sie ungewohnte Arbeiten anzunehmen, sonst bleiben Sie auf der Strecke. Bedenken Sie, auch in Amerika fahren Professoren Taxi.

Wenn unsere Nation bereit ist, diesen gesellschaftlichen Wandel anzunehmen, dürfen wir hoffen, nicht ganz so düster in die Zukunft zu sehen.

Motivation

Wir leben in einer Leistungsgesellschaft, nichts ist schlimmer als in dieser Gesellschaft zu versagen. Sie versagten durch Ihre, wie Sie mittlerweile wissen, selbst verschuldete Arbeitslosigkeit und die Gesellschaft lässt Sie das spüren.

Oft werden Sie wie ein Aussätziger behandelt, werden zur Seite geschoben oder nicht beachtet, wird der Makel -arbeitslos- bekannt.

Sie sollten normalerweise in Grund und Boden versinken angesichts dieses Makels, aber Sie leben trotz allem noch unter uns Arbeitenden. Seien Sie froh darüber! Warum?

Früher hätte man Sie in ein Arbeitslager gesteckt. Alle arbeitsscheuen Elemente und Menschen, die nicht arbeiteten, kamen dorthin, wo Sie sich wahrscheinlich zu Tode geschuftet hätten, ohne dass irgendjemand Anteil oder Notiz an Ihrem Tode nahm.

Harte Worte, sagen Sie?

Natürlich sind sie hart, sie spuken immer noch in den Köpfen der meisten Deutschen, selbst in den Chefetagen sind sie nicht herauszutrommeln.

Arbeitslos ist ein Makel, der Ihnen anhängt, wird assoziiert mit arbeitsscheu, dumm, faul, asozial, kriminell. Er wird Sie daran hindern, eine gut bezahlte Stelle zu finden.

Was fällt Ihnen zu diesem Thema ein? Schließen Sie wieder die Augen und überlegen Sie, wo habe ich schon überall Diskriminierung erfahren, wenn auch nicht offen, vielleicht verdeckt.

Notieren Sie es. Einige Punkte dürften zusammengekommen sein.

Wahrscheinlich zuallererst im Bekanntenkreis. Die meisten Ihrer Freunde distanzieren sich.

Versuchten Sie mal als Arbeitsloser einen Kredit zu bekommen?

Oder ihr Kind in der Schule, wird es nicht gehänselt, einen arbeitslosen Elternteil zu haben?

Sie sehen, *arbeitslos* ist in unserer Gesellschaft ein Versagen, das nicht akzeptiert wird, abgesehen von den vielen Milliarden, die diese Versager der Gesellschaft kosten. Das Wort Schmarotzer ist in aller Munde.

Wahrlich ein Teufelskreis in dem Sie stecken. Die Aufforderung zum Suizid liegt nahe, um der Gesellschaft Kosten zu ersparen.

Sie werden entsetzt sein, solche Worte zu lesen. Wissen Sie einen anderen Ausweg aus Ihrer Situation?

»Der Staat hilft mir!«, sagen Sie. Aber was ist, wenn ihm das Geld ausgeht?

Sie werden schlimmer dastehen als jetzt! Niemand wird Ihnen helfen. Denken Sie daran, jeder ist sich selbst der Nächste.

Sie leben hier nicht im fernen Osten, wo Sie nicht als Einzelmensch, sondern als Glied einer Gemeinschaft betrachtet werden. Wir hier im Westen betonen eher die Person, den Individualismus, nicht die Gemeinschaft. Das heißt für Sie Einsamkeit, Verlust sozialer Geborgenheit.

Sie fühlen sich jetzt als Niete? Aber denken Sie daran, ohne Nieten keine Gewinne, ergo keine Lotterie.

»Was soll ich tun?«

Helfen Sie sich selbst, niemand wird Ihnen helfen!

Verlassen Sie sich nicht auf andere, besonders nicht auf diesen Staat. Zu viel zerstörte er in den letzten fünfzehn Jahren, aber nützen Sie ihn aus, holen Sie von ihm, was zu holen ist! Nehmen Sie sich ein Beispiel an unsere Volksvertreter, sie halten die Hände auf und füllen ihre Taschen!

Hoffen Sie auch nicht auf diese Gesellschaft, sie wird Sie fallen lassen, immer und zu jeder Zeit.

»Wie soll ich mir helfen?«

Rücken Sie Ihren Kopf zurecht, zeigen Sie Selbstbewusstsein, denken Sie positiv!

Sie besitzen einen Fehler, das wissen Sie. Sie sind nicht gut genug in Ihrem Job gewesen. Wären Sie es, würden Sie noch arbeiten.

Hämmern Sie sich ein, Sie sind der Beste und Sie werden der Beste!

Erweitern Sie Ihren Horizont, wenn Sie weiter in Ihrem Beruf arbeiten wollen!

Nützen Sie jede noch so kleine Möglichkeit der Weiterbildung, die Ihnen der Staat anbietet, oder drängen Sie darauf. Lassen Sie sich nicht abwimmeln! Es ist eine Chance, durch Fortbildung Ihrem Dilemma zu entkommen.

Setzen Sie Ihre gesamte Energie ein, um an Kursen teilzunehmen, die Ihrer beruflichen Fortbildung dienen. Sie werden sehen, bald werden auch Sie wieder erhobenen Hauptes durch Ihren Wohnort laufen.

Geben Sie nie auf! Es werden Tage kommen, die Sie zweifeln lassen, halten Sie durch! Der Erfolg wird sich einstellen, so sicher wie das Amen in der Kirche.

Das Unterbewusstsein

Eine Quelle unerschöpflicher Energien.

Sie erkennen jetzt, dass Sie die Ursache allen Übels sind und schieben die Schuld nicht mehr auf andere. Ein großer Schritt auf dem steinigen Weg zum neuen Erfolg.

Möchten Sie wieder arbeiten, in Ihrem alten Beruf zurückkehren oder etwas anderes tun? Vielleicht selbstständig Ihre Brötchen verdienen, oder in einem total anderen Job tätig sein?

Was immer Sie sich vornehmen, es wird hart werden, nicht einfach sein, es wird Sie fordern, ihr Letztes aus Ihnen pressen, aber es wird sich für Sie lohnen.

Was gibt es Schöneres, als wieder ein ausgeprägtes Selbstbewusstsein zu besitzen, mit erhobenen Hauptes durch den Ort zu gehen und zu sagen: »Ich arbeite wieder, mir geht es gut!«

Und noch etwas, bevor Sie weiterlesen, denken Sie an das Sprichwort, wie heißt es?

Jeder ist seines Glückes Schmied.

Prägen Sie es sich ein, formulieren Sie es um in »Ich bin meines Glückes Schmied!«.

Sprechen Sie es laut vor sich hin, wenn Sie am frühen Morgen aufstehen und fügen Sie den Satz hinzu:

»Ich will Arbeit, eine Arbeit, die mir Spaß macht!«

Wiederholen Sie diese Sätze mehrmals am Tag, und wenn Sie sich abends schlafen legen, stellen Sie sich Ihren neuen Arbeitsplatz bildlich vor.

»Dadurch bekomme ich Arbeit? Doch nicht etwa, weil ich mir diese läppischen Sätze zehnmal am Tag vorplappere?«

Vielleicht doch, antworte ich Ihnen. Ist ihr Wunsch groß genug danach und Sie schicken die Sätze voller Inbrunst und Hoffnung in ihr Unterbewusstsein, stellen sich Ihre neue Arbeit mehrmals am Tag bildlich vor, wird das Unterbewusstsein darauf reagieren und Ihnen den richtigen Weg zu einer neuen Arbeitsstelle zeigen.

Glauben Sie fest daran, dass das funktioniert und es wird funktionieren!

Der Glaube versetzt Berge.

Eine Bekannte, seit fünf Jahren arbeitslos, ich traf Sie vor einem Jahr. Sie schilderte mir ihre verzweifelte Situation. Ich fragte sie, was sie gerne arbeiten würde. Verkäuferin in Damenmode, wenn möglich in einem Kaufhaus, antwortete sie.

Ich war erstaunt, denn ich wusste von ihr, dass sie in früherer Zeit als Montiererin in einer Elektrofirma arbeitete. Ihren neuen Berufswunsch gab sie dem Arbeitsamt an, aber für ungelernte Kräfte fand sich keine Arbeit, außerdem war sie laut Arbeitsamt mit ihren neunundvierzig Jahren zu alt für diesen Job.

Ich schlug ihr oben genannte Methode vor. Eigentlich die einfachste, die ich kenne, um an Arbeit zu kommen. Ich gab ihr noch einen Satz mit auf den Weg - Ich bin nicht zu alt, ich fühle mich jung.

Verblüfft und verwundert sah sie mich an. Ich bat sie innig, das zu tun, was ich ihr riet. Ich war mir sicher, wenn sie arbeiten wollte, und sie wollte es von ganzen Herzen, wird es kein Problem sein, einen Arbeitsplatz

für sie zu finden.

Nach vier Wochen rief sie mich hocherfreut an. Das Arbeitsamt hatte ihr einen sechsmonatigen kaufmännischen Grundkurs vermittelt.

Heute arbeitet sie glücklich in der Abteilung des Kaufhauses, das sie sich damals bildlich vorstellte. Wie kam es dazu? Im letzten Monat ihrer Fortbildung musste sie sich eine Praktikantenstelle suchen. Sie ging zu der Firma und stellte sich vor. Sie wurde als Praktikantin und nach Kursende als Verkäuferin eingestellt.

Ich traf sie wieder und sie sah um einige Jahre jünger und glücklicher aus als vor einem Jahr.

Der Willen

Die Sache scheint Ihnen zu suspekt? Sie glauben nicht an die Fähigkeiten Ihres Unterbewusstseins. Gut, gehen wir andere Wege.

Wie Sie wissen, brauchen Sie zu allem, was Sie unternehmen, einen Willen. Nehmen wir an, Sie sind Fußballfan und gehen jeden Samstag auf den Fußballplatz.

Ihre Frau schaut Sie wehmütig an. Sie erwähnte zwar noch nie, dass ihr das nicht gefällt. Mit keiner Silbe darüber sprach sie darüber mit Ihnen, geschweige denn, erteilte Sie ein Besuchsverbot. Sie wollte Streit vermeiden.

Sie wünschte sich aber insgeheim nichts sehnlicher, als dass Sie bei ihr bleiben. Ihr Wunsch dringt irgendwann einmal in ihr Unterbewusstsein und dieses ließ sie handeln und es brach aus ihr heraus.

»Ich will, dass du an den Samstagen bei mir bleibst!«

Sie bat Sie darum, zu Hause zu bleiben und sie gab nicht nach, bis sie ihr Ziel erreichte.

Doch wer oder was veranlasste sie dazu, diesen Wunsch zu äußern, trotz der Gefahr eines endlosen Streites?

»Ihr Bewusstsein war es!«, werden Sie sagen.

Aber vorher war der Wunsch da, das Unterbewusstsein löste die Reaktion aus.

Sie einigten sich auf jeden zweiten Samstag. Sie hatte ihren Willen, wenn auch nur zum Teil durchgesetzt.

Das Unterbewusstsein steuert Sie, lässt Sie wichtige Entscheidungen treffen, es ist Ihre innere Stimme auf die Sie immer hören sollten, denn Sie ist allwissend.

Das Problem ist, Sie können keinen direkten Einfluss auf ihr Unbewusstes nehmen, nur inniges und häufiges Wiederholen eines Wunsches durchdringt irgendwann die Schicht zwischen Bewusst und Unbewusst. Und ist ihr Wunsch dorthin gedrungen, wird ihr Unterbewusstsein versuchen, ihn mit aller Macht zu erfüllen oder eine Lösung zu finden!

Nehmen Sie das als Tatsache, es ist wissenschaftlich erwiesen.

Sie sehen, ohne Willen und Wunsch geht nichts!

Auch Sie werden nie Arbeit finden, wenn Sie das nicht von ganzen Herzen wollen.

Was soll ich unternehmen?

Setzen Sie sich entspannt hin, schließen Sie die Augen und überlegen Sie, was Sie wollen.

»So ein Quatsch, ich weiß, was ich will, arbeiten!«, höre ich Sie fluchen.

Schon, doch was wollen Sie arbeiten? Überlegen Sie, wenn Sie nicht mehr in Ihrem alten Beruf arbeiten möchten, oder durch welche Gründe auch immer nicht

mehr können, was wollen Sie tun?

Also, schließen Sie die Augen, lassen Sie Ihre Fähigkeiten, Hobbys an Sie vorüberziehen. Fragen Sie sich, was kann ich noch außer dem Erlernten, das ich jetzt nicht mehr ausüben möchte.

Schreiben Sie es auf! Verstehen Sie dies als eine Art Bestandsaufnahme Ihrer Fähigkeiten.

Sind einige Punkte zusammengekommen, vielleicht auch nur einer?

Sind es mehrere, überlegen Sie, was Ihnen davon am meisten Spaß bereitet.

Nehmen wir an, Sie sind gelernter Kaufmann, etwa vierzig Jahre, saßen den ganzen Tag in Ihrer Firma vor dem Computer und nennen Frau und Kinder Ihr eigen.

Tätigkeiten die Ihnen Spaß machen könnten:

Heimwerken.

Fotografieren und Videofilmen.

Ski fahren im Winter.

Tauchen im Sommer.

Regelmäßiger Besuch eines Fitnesszentrums.

Sich mit Tieren beschäftigen.

Bücher lesen.

Computern.

Angeln.

Gerne Auto fahren.

Sich mit Ihren Kindern beschäftigen.

Gartenarbeit.

Fußballspielen etc.

Sie sehen, eine Liste die sich noch lange fortsetzen ließe. Suchen Sie sich drei Ihrer Lieblingsbeschäftigungen heraus.

Nehmen wir an, an erster Stelle steht bei Ihnen Heimwerken, an zweiter Videofilmen und Fotografieren, an dritter Auto fahren.

Überlegen Sie, welche Berufe beinhalten die Tätigkeiten eines Heimwerkers. Schreiner, Maler eventuell noch Maurer, Fliesenleger, Installateur usw.

Möchten Sie in einem der Berufe arbeiten? Warum nicht, Handwerk hat goldenen Boden.

»Aber, ich habe keine Ausbildung«, werden Sie sagen.

Macht nichts, auch im Handwerk sind angelehrte Kräfte gefragt. Stellen Sie sich beim nächsten Handwerksmeister vor, er wird vielleicht glücklich sein, Sie einstellen zu können.

Hören Sie nicht auf ihr Arbeitsamt, wenn ihr Arbeitsvermittler Ihnen einreden will, im Handwerk sei nur mit Gesellenbrief Arbeit zu finden, es gibt dort auch für ungelernete Kräfte Arbeit zu Genüge.

Sie wollen nicht ins Handwerk, auch gut. Baumärkte, auch dort ist ihr breites Wissen gefragt.

Ach so, Kaufmann sind Sie auch noch, umso besser, es erhöht die Chance einer Einstellung.

»Alles nichts für mich!«, werden Sie sagen.

Nehmen wir ihr zweites Hobby, Videofilmen, Fotografieren.

Große Märkte führen Abteilungen für Foto und Video, versuchen Sie dort ihr Glück. Wenn Sie dort arbeiten wollen, wälzen Sie vorher Kataloge, machen Sie sich schlau über Neuigkeiten auf dem Markt.

Auch nichts für Sie?

Okay, Autofahren hielten Sie noch fest.

Was könnten Sie mit Ihrem Führerschein unternehmen? Taxi fahren, Paketdienste, UPS oder Ähnliches, Kurierdienste. Überlegen Sie, es gibt noch mehr Möglichkeiten.

Sie sehen, es gibt viele Möglichkeiten, eine Arbeit zu finden, eine Arbeit die Sie ausfüllt und Ihnen Spaß macht.

Psychisch und physisch

Es ist toll, lange zu schlafen, sich morgens noch im Bett zu kuscheln, während andere bereits die erste Vesperpause machen.

Sicherlich ein positiver Aspekt Ihrer Arbeitslosigkeit, wie auch der, zu lernen mit weniger Geld auszukommen. Jeder negativen Sache kann auch eine positive Seite abgerungen werden, aber sie sollte nicht dominant werden.

Wollen Sie wieder arbeiten? Dann stehen Sie morgens regelmäßig auf und gehen abends rechtzeitig ins Bett. Achten Sie darauf, 7-8 Stunden zu schlafen.

Schauen Sie in den Spiegel, vernachlässigten Sie ihr Äußeres? Vermutlich ließen Sie sich in letzter Zeit gehen. Pflegen Sie sich, so als würden Sie jeden Tag zur Arbeit gehen.

Wie sieht es mit dem Alkoholkonsum aus? Trinken Sie mehr als früher? Wenn ja, tun Sie etwas dagegen! Es ist keine Schande, an Alkoholismus zu erkranken, aber eine riesige, nichts dagegen zu unternehmen. Hilfe finden Sie bei Gruppen, etwa den anonymen Alkoholikern oder den Blaukreuzlern.

Jetzt bietet sich für Sie die einmalige Gelegenheit das Rauchen abzugewöhnen, falls Sie Raucher sind. Nichtraucher werden eher eingestellt als Raucher.

Was, das schaffen Sie nicht? Warum nicht? Warum rauchen Sie?

Um den Stress abzubauen? Der ist im Moment nicht

existent.

Weil es Ihnen schmeckt? Dann legen Sie sich auf die Straße und schlecken den Teer aus dem Asphalt! Hören Sie auf damit! Ihr Körper und Ihre Seele werden es Ihnen danken. Vor allem Ihre nicht trauchenden Mitbewohner werden Ihnen die Füße küssen.

Sagen Sie sich beim Griff zur Schachtel oder beim Auftreten der Lust nach einer Zigarette »Nein, ich brauche das nicht!«, denken Sie auch an das, das Sie jeden Tag sparen. Ein hübsches Sümmchen in Monat, das sich da ansammelt. Aufs Jahr gerechnet, reicht's für einen tollen Urlaub.

Seien Sie stark! Sie werden es schaffen! Schließlich nahmen Sie sich vor, so schnell wie möglich Arbeit zu finden.

Wie sieht es in Ihrer Familie aus?

Wahrscheinlich jede Menge Konflikte, leben Sie mit einem Partner zusammen. Verständlich, wenn Sie den ganzen Tag zu Hause vor der Glotze sitzen oder sich hängen lassen.

Sprechen Sie mit Ihrem Partner oder Ihren Familienangehörigen. Erzählen Sie Ihnen von Ihrem Vorhaben, aktiv mitzuwirken, diesem Dilemma ein Ende zu bereiten.

Nichts ist wichtiger für Ihren Erfolg, als ein intaktes Familienleben!

Wie steht es mit Ihrem Allgemeinbefinden? Fühlen Sie sich wohl, können Sie unbeschwert Treppen steigen ohne gleich aus der Puste zu geraten? Wenn nicht, treiben Sie Sport, bauen Sie sich wieder auf! Sie werden spüren, es wird Ihnen gut tun.

Beherrzigen Sie alle diese Vorschläge, werden Sie ein neuer Mensch, der strotzt vor Tatendrang!

Packen Sie's an, die Zeit läuft Ihnen sonst davon!

Arbeitsuche

Unterbewusstsein und Erscheinungsbild

Gehen wir davon aus, Ihnen sind sämtliche konventionellen Bewerbungstaktiken vertraut, wenn nicht, besorgen Sie sich dementsprechende Literatur. Der Markt ist voll davon.

Es ist nicht mein Anliegen, Ihnen perfekte Bewerbungsbriefe und Unterlagen vorzuführen, die werden Sie, nehme ich an, besitzen.

Wie viele Bewerbungen schickten Sie ab? 10, 20, 30, oder vielleicht auch mehr. Auf alle erhielten Sie Absagen. Ganz schön frustrierend.

Sie setzten sich hin und schrieben weiter? Auf eine Ihrer Bewerbungen wird doch hoffentlich eine positive Antwort kommen.

Vielleicht werden Sie noch Bewerbungen schreiben bis zum Sankt-Nimmerleins-Tag, alle ohne positive Antwort.

Woran liegt das? An den Personalchefs, an den Firmen?

»Sie brauchten keinen Mitarbeiter mehr, ich kam zu spät!«, antworten Sie und schimpfen auf die Firma, die Ihnen eine Absage erteilte.

Nehmen wir an, Sie sind Personalchef einer Firma, schreiben in der Presse eine Stelle als Lagerist aus und melden diese freie Stelle noch zusätzlich dem Arbeitsamt. Was denken Sie, wie viel Bewerbungen auf Ihrem Tisch flattern? Ist Ihre Firma in einer Großstadt ansässig, Hunderte.

So, nun suchen Sie aus dem Stapel von Bewerbungen zehn Leute aus, die Sie zu einem Vorstellungsges-

spräch bitten.

Wie gehen Sie vor?

Nach dem Lotterierprinzip, hineingreifen und zehn Umschläge ziehen, den Rest in den Reißwolf. Wenn Sie Glück haben, ist der richtige Mann oder die Frau dabei, die Sie suchen.

Nein, Sie werden alle Umschläge öffnen und anfangen zu selektieren, die Guten ins Töpfchen, die Schlechten ins ...

Aber wer sind die Schlechten, wie wählten Sie aus, nach welchen Kriterien?

Zuallererst überprüfen Sie, wer arbeitete schon mal in diesem Beruf, es blieb die Hälfte übrig. Immer noch zu viel, um alle zu einem Vorstellungsgespräch zu bitten. Sie selektieren weiter.

Wie? Sie lesen das letzte Zeugnis des Arbeitgebers, das natürlich immer noch verschlüsselt ist und Ihnen die ganze Wahrheit über den Bewerber offenbart. Die Guten legen Sie ins Töpfchen, die Schlechten ins....

Weiter geht das Spiel, der Lebenslauf, das Alter, die Familie, das Passfoto, die Zeugnisse.

Sie schauen in das Töpfchen, zehn Leute blieben übrig. Wer sind diese zehn, die Sie wählten?

Sie hoben sich von der Masse ab, durch irgendwelche Besonderheiten erregten sie Ihre Aufmerksamkeit.

Nehmen wir Herrn Schuster, 28 Jahre, ledig, gelernter Einzelhandelskaufmann. Seit sechs Jahren Lagerist bei einem Elektronikbauteilhandel. Sehr gutes Zeugnis seines Arbeitgebers, der vor Kurzem einen Konkurs hinlegte. Einige Kurse im modernen Lagermanagement mitgemacht, belegt durch Teilnahmebescheinigungen. EDV Kurs zusätzlich. Schulnoten, na ja, könnten besser sein. Sympathische Erscheinung auf dem Foto.

Herr Klein, 50 Jahre, verheiratet, eigentlich zu alt für diesen Job, aber seine langjährige Erfahrung auf diesem Gebiet, könnte Ihrer Firma wertvolle Dienste leisten. Er will sich verändern, scheint irgendwas nicht mehr zu funktionieren in seiner alten Firma. Auch er bildete sich weiter. Und sein Lebenslauf? Scheint sehr beständig zu sein. Seit 20 Jahren ist er bei der selben Firma beschäftigt. Sieht eigentlich auch recht ordentlich aus.

So ähnlich werden die restlichen acht Leute aussehen, die Sie wählen. Ob unter diesen der richtige ist? Alle mit hervorragender Ausbildung.

Ihre Sekretärin unterbricht Sie bei der Auswahl. Ein Herr Meier möchte zu Ihnen, er will sich bewerben als Lagerist, er ist nicht angemeldet.

Lassen Sie sich seine Unterlagen geben und schicken sie ihn weg, werden Sie Ihrer Sekretärin antworten.

Das habe sie versucht, aber er ist sehr höflich und bestimmt, ein sehr netter Mensch. Er bittet, Sie persönlich sprechen zu dürfen, antwortete Ihre Sekretärin.

Sie willigen ein. Wirklich ein sehr sympathischer Mensch, der Ihnen fest die Hand drückte und vor allem, er schaffte es, ohne Anmeldung zu Ihnen durchzudringen. Beeindruckend auch seine Unterlagen, die Sie kurz überflogen. Auch seine sprachliche Ausdrucksweise recht passabel. Seine Hände hielt er ruhig bei dem Gespräch mit Ihnen, ein anständiger Mann.

Sie verabschiedeten sich von ihm, schauten zur Tür, die er hinter sich schloss, und dachten, das könnte er sein. Aber es stehen noch zehn andere zur Auswahl.

Es waren anstrengende zwei Tage, an denen Sie die zehn Bewerber prüften, sich mit ihnen unterhielten. Alle passten in die Firma, waren qualifiziert für diesen

Job, und alle zeigten reges Interesse in Ihrer Firma zu arbeiten.

Quizfrage: Wem stellten Sie ein?

Vermutlich Herrn Meier. Er blieb Ihnen positiv durch sein ungewöhnliches Auftreten in Erinnerung.

Ihre Entscheidung fiel schon unbewusst auf ihn, bevor Sie die anderen kennen lernten. Sie hätten sich mit ihnen die Arbeit ersparen können.

Sie sehen, Personalchefs haben es nicht leicht, aus der Fülle von Bewerbungen den Richtigen zu finden. Finden sie ihn, ist es der Beste!

Waren Sie schon bei einem Vorstellungsgespräch?

»Ja, aber man stellte mich nicht ein!«

Analysierten Sie, woran das lag?

»Nein, sollte ich?«

Auf jeden Fall! Sind Sie sicher, dass Sie sich kennen, Ihre guten und schlechten Seiten?

Wie ist das im richtigen Leben? Sie lernen einen Menschen kennen, der erste Eindruck ist der Entscheidende, Sie fühlen Sympathie oder Antipathie.

Ein Mensch mit gepflegtem Äußeren und anständiger Ausdrucksweise ist Ihnen doch sympathischer als ein Penner, wobei dieser durchaus auch sympathisch sein kann.

Das Erscheinungsbild ihres Gegenübers wird unbewusst von Ihnen aufgenommen und einer Kategorie zugeordnet, bewertet. Sie haben auf diesen Vorgang keinen Einfluss, er geschieht in Sekunden.

Nach Abschluss dieser unbewussten Bewertung, wissen Sie, ob es sich lohnt, den Kontakt aufrechtzuerhalten oder sofort abzubrechen.

Wissen Sie, wie Sie auf andere wirken?

Fragen Sie nicht nur Ihre Bekannten, die mögen Sie. Fragen Sie Menschen, die Sie wenig kennen. Klingeln

Sie bei Ihrem Nachbarn, mit dem Sie noch nie ein Wort wechselten, fragen Sie ihn direkt: »Wie finden Sie mich? Wie ist ihr Eindruck von mir? Sympathisch oder unsympathisch?«

Er wird Sie für einen Spinner halten, aber er wird Ihnen antworten.

Wirken Sie auf Ihre Mitmenschen unsympathisch? Niemand will sich das eingestehen, aber Sie müssen ehrlich zu sich sein. Sollte das zutreffen, müssen Sie schnellstens etwas dagegen unternehmen!

Der erste Eindruck, wie setzt er sich zusammen?

Ihre Kleidung.

Ihr körperliches Aussehen.

Ihre Mimik.

Ihre Gestik.

Ihre Rhetorik.

Weicht irgendetwas ab von der gesellschaftlichen Norm, haben Sie verloren, ausgespielt!

Sie glauben das nicht?

Toleranz

»Wir leben in einem toleranten Land«, sagen Sie. »Ich bin tolerant!«

Ihr Bewusstsein mag es sein, aber nicht ihr Unterbewusstsein! In ihm sind Verhaltensregeln gespeichert, die Gültigkeit hatten und noch immer haben, als wir noch in Höhlen lebten.

Angenommen, ein junger Mann spricht Sie auf der Straße an, Nasenring und Ohrring. Das ist heute modern

denken Sie, ich bin tolerant.

Aber was sagt ihr Unterbewusstsein? Was assoziiert es mit den Ringen?

Afrika, Schwarze, Wildnis, Gefahr, Schmerz, Schwul. Was soll das in unserem Kulturkreis?

Ihr Unterbewusstsein steuert ihr Verhalten, Sie werden Abstand zu dem jungen Mann nehmen. Unbewusst werden Sie einen Schritt zurücktreten, aufpassend, dass er Ihnen nicht zu nahe kommt.

Bewusst werden Sie mit ihm reden, eine gute Unterhaltung führen, aber innerlich werden Sie erleichtert sein, wenn das Gespräch beendet ist.

Eine junge Frau spricht Sie an, tolle Figur, nettes Gesicht. Verdammt, die wäre was fürs Bett, schießt es Ihnen durch den Kopf! Wieso?

Sie löste sexuelle Reize bei Ihnen aus, wieder unbewusst. Ihr kurzer Rock, oder ihre allzu offene Bluse lässt vielleicht falsche Rückschlüsse auf sie zu.

Ihr Bewusstsein sagt Ihnen, ist verdammt heiß heute, sie zog sich dementsprechend an, ist in Ordnung. Aber ihr Unbewusstes hätte sie lieber im Bett.

Wieder spricht Sie jemand an: »He Alter, haste mal 'nen Euro für mich?«

Erschrocken treten Sie zurück. Wer ließ Sie zurücktreten? Ihr Unbewusstes nahm die Stimme auf, signalisierte Gefahr. Jemand will an ihr Eigentum, die Stimme klang grob, rau! Je nach Typ werden Sie ihm den Euro geben, um der Gefahr aus dem Weg zu gehen, oder Sie beachten ihn nicht und versuchten ihr Heil in der Flucht.

Bewusst werden Sie in Ihre Tasche greifen, ihm eine Mark geben, vermutlich noch mit einem ätzenden

Kommentar, oder Sie schauten ihn nicht an und gingen weiter.

Sie treffen eine 120 kg schwere Frau, die Ihnen schwer atmend die Treppen entgegenkommt.

Was tun Sie, und was assoziiert ihr Unterbewusstsein?

Im schlimmsten Fall werden unbewusst Assoziationen im Tierreich gesucht.

Fett, Schwein, Dreck, Ekel, Gestank. Sie treten zurück, rümpfen wahrscheinlich noch die Nase, um ihr Platz zu machen.

Bewusst mögen Sie vielleicht denken, ein paar Kilo weniger täten's auch.

Das soll keine Diskriminierung von Dicken sein, aber diese Spezies Mensch sollte sich überlegen, wie sie auf andere wirkt, unbewusst und bewusst! Wären sie sich darüber im Klaren, ich denke, es gäbe nur einen Bruchteil von ihnen.

Sie sehen, wir können uns tolerant geben wie wir möchten, aber in unserem Unterbewusstsein werden wir es nie sein. Außer, wir übten Toleranz, verbannten alte Hüte aus unserem Unbewusstsein.

Was das ganze jetzt sollte?

Weichen Sie nie ab von der gesellschaftlichen Norm! Gehen Sie zu einem Vorstellungsgespräch, sollten Sie als Mann nicht denken, ihr Ohrring steht Ihnen gut, oder als Frau, der Rock ist eigentlich noch zu lang. Tun Sie das, dann bleiben Sie zu Hause. Legen Sie diese Blätter beiseite und träumen Sie von einem besseren Leben!

Sicher gibt es Branchen, in denen die Röcke nicht kurz genug sein können und in denen Männer mit Ohrringen

gefragt sind, aber von denen wollen wir nicht reden, sie entsprechen nicht der Norm.

Sie wissen immer noch nicht wie Sie auf andere Wirken, ob ihr Erscheinungsbild perfekt ist? Sie wollen und müssen es wissen! Was können Sie tun?

Ein Profi muss her, sagen Sie, doch wo finde ich ihn, auch noch kostenlos?

Ihr Arbeitsamt! Gehen Sie zu Ihrem Arbeitsamt!

Ihr Arbeitsvermittler oder Berufsberater kennt Kurse und Seminare in denen Vorstellungsgespräche in Rollenspielen eingeübt werden, in denen Fehler an Ihrem Erscheinungsbild erkannt und korrigiert werden.

Scheuen Sie sich nicht davor, an solchen Kursen teilzunehmen. Sie fördern ungeheuer ihr Selbstbewusstsein.

Sie wollen das nicht? Dann müssen Ihre Bekannten oder Ihre Familie herhalten. Objektiv müssen Sie Fehler Ihres Erscheinungsbildes feststellen. Es mögen Kleinigkeiten sein, die Ihnen bisher nie aufgefallen sind. Verstehen Sie die Feststellungen Ihrer Bekannten nicht als böswillige Kritik, sehen Sie diese als Hilfe an.

Einige Beispiele, die ein sonst gutes Erscheinungsbild sehr schnell zerstören:

Schnelles Sprechen, man versteht Sie schlecht.

Unruhig auf den Stuhl sitzen.

Zu sehr mit den Händen reden. Sie leben hier nicht in Italien, es schickt sich nicht in unseren Breiten.

Bekleidung, nicht passend zu Ihrem Typ.

Übergewichtig.

Ständiges Lachen oder Kichern. Sie werden es nicht glauben, viele Menschen neigen dazu.

*Körpergeruch. Tun Sie unbedingt was dagegen!
Schmuck. Kommen Sie nicht behängt wie ein Weihnachtsbaum mit Lametta zu einem Vorstellungsgespräch.
Ihre Art der Ausdrucksweise. Schalten Sie ihr Hirn ein, bevor Sie sprechen!*

Kennen Sie Ihre Fehler? Üben Sie, um diese zu eliminieren, sie müssen verschwinden!

Besitzen Sie eine schlechte, nuschelnde oder zu schnelle Aussprache?

Nehmen Sie ein Mikrofon und ein Buch zur Hand. Lesen Sie laut und sprechen Sie den Text auf Band.

Lässt Ihre Ausdrucksweise zu wünschen übrig?

Führen Sie laut Selbstgespräche mit einer fiktiven Person über ein Thema das Sie interessiert. Streichen Sie Wörter wie: Scheiße, Mist, oder ähnliche aus Ihrem Wortschatz.

Können Sie nicht ruhig sitzen?

Üben Sie es, nehmen Sie ein Buch, legen Sie es sich auf den Kopf, schließen Sie die Augen und versuchen, dies auf Ihren Kopf zu halten. Sie müssen jetzt ruhig sitzen. Machen Sie diese Übung jeden Tag etwa zehn Minuten.

Sie kleiden sich unpassend?

Nehmen Sie Freund, Frau, Freundin oder Mann, gehen Sie zusammen ins nächste Klamottengeschäft und kleiden sich neu ein.

Ach so, das 'Zweitwichtigste!'

Schuhe! Turn- oder Sportschuhe haben nichts, aber

auch absolut nichts, bei einem Vorstellungsgespräch zu suchen.

Körpergeruch?

Da wissen Sie selbst am besten, was Sie dagegen unternehmen (bitte kein Knoblauch- oder Zwiebelgeruch am Vorstellungstag).

Sie sehen, wenn Sie wollen, können Sie auch allein ihr Erscheinungsbild gehörig aufpolieren.

In meiner Zeit als Unternehmer führte ich Einstellungsgespräche persönlich. Ich muss Ihnen sagen, der erste Eindruck war für mich der entscheidende, erst an zweiter Stelle folgte die berufliche Qualifikation. Ich kann Ihnen versichern, ich habe mich in der Auswahl meines Personals nie geirrt.

Es gibt noch eine andere Möglichkeit, außer dem ersten, alles entscheidenden Eindruck, warum Sie nicht eingestellt worden sind. Es könnte sein, dass Sie die Ihnen gestellten Fragen nicht ausreichend oder unbefriedigend beantworteten.

Wie formulierten Sie ihre Antworten? Klang bei einer irgendetwas Negatives durch?

Formulieren Sie stets positiv!

Verkaufen Sie Ihre Schwächen, falls nach ihnen gefragt wird, positiv. Verkaufen Sie Ihre Schwächen als Stärken, wie zum Beispiel »Man wirft mir oft vor, ich sei zu genau!«

Bei Schwachpunkten in Ihrem Zeugnis oder Lebenslauf verstecken Sie sich nicht hinter Entschuldigungen, sondern stehen Sie offen dazu. Schwenken dann aber sofort zu Stärken in anderen Bereichen hin.

Auch bei der Aufforderung, etwas von sich zu erzählen, sollten Sie Vorsicht walten lassen. Formulieren

Sie positiv wie: »Ich habe früh gelernt, selbstständig zu sein.« oder »Seit meiner Scheidung bin ich wieder voll einsatzfähig in meinen Beruf.« Achten Sie aber darauf, dass Ihre Antwort stets zum Thema Job führt.

Voraussetzungen

Fassen wir zusammen unter welchen Voraussetzungen Sie heute als Arbeitsloser schnell wieder Arbeit finden werden.

Wenn Sie bereit sind:

Sich weiterzubilden.

Flexibel zu sein, das heißt auch, in einem anderen Beruf arbeiten.

Ihren Wohnort zu wechseln.

Eigeninitiative zu ergreifen.

Unter Ihrem letzten Einkommen zu arbeiten.

Sich umschulen zu lassen.

Arbeit anzunehmen, die normalerweise unter Ihrem Niveau liegt.

Gegebenenfalls Ihren Charakter, Aussehen oder Lebenseinstellung zu ändern.

Vater Staat nicht mehr als Ihren Ernährer betrachten.

Alles zu tun, um schnellstmöglich wieder zu arbeiten

Jede Menge werden Sie sagen, aber wie komme ich aus diesem Dilemma in dem ich stecke?

Fangen wir an! Sie wollen endlich wieder arbeiten!

In den nächsten vier Wochen werden Sie einiges zu tun bekommen.

1. Woche

Wie Sie schon vorher mitbekamen, spielt sich vieles im Kopf ab, bewusst oder unbewusst. Auch Sie müssen sich erst klar werden, was Sie wollen.

Wollen Sie wieder in Ihrem alten Beruf oder in einem anderen arbeiten?

Ist ihr Berufszweig vom Aussterben bedroht oder wollen Sie, aus welchen Gründen auch immer, diesen nicht mehr ausüben, dann schauen Sie sich nach einem neuen um!

Tun Sie das nach der eingangs erwähnten Methode im Kapitel -Was will ich tun -.

Sind Sie sich jetzt im Klaren, welche Tätigkeit Sie ausüben wollen?

Nehmen wir an, Sie möchten in Ihrem alten Beruf weiterarbeiten, wie geht es weiter?

Ab heute muss sich einiges in Ihrem Leben ändern. Vielleicht auch alles, wir werden sehen.

Sie vergaßen doch hoffentlich nicht, das anfangs erwähnte Sprichwort?

Ich bin meines Glückes Schmied.

Es muss Sie ein Leben lang begleiten, immer daran erinnernd, dass alles, was geschieht, von Ihnen gewollt ist, bewusst oder unbewusst.

Ihnen muss deutlich werden, dass nur Sie ihr Leben bestimmen, kein anderer Mensch nimmt darauf Einfluss. Ihr Leben bestimmten Sie selbst, ab dem Tag an, an dem Ihnen das Ursache-Wirkung Prinzip klar wurde.

Das kann schon in Ihrer Kindheit geschehen sein. Sie stellten zum Beispiel fest, dass verschiedene Verhaltensweisen von Ihnen unterschiedliche Wirkungen auf

andere Personen zeigten. Trotz zum Beispiel, was erhofften Sie mit Ihrer Trotzhaltung?

Ihren Willen durchsetzen. Sie erzielten aber damit bei verschiedenen Personen unterschiedlichste Wirkung.

Bei Ihrer Mutter setzten Sie Ihren Willen durch, bei Ihrem Vater nicht.

Sie lernten ihr Leben zu steuern. Und ab einem gewissen Alter nahmen Sie es selbst in die Hand. Sie bauten sich eine eigene Zukunft auf, nach Ihren Wünschen und nach Ihrem Willen. Sie erlernten den Beruf, den Sie wollten und arbeiteten darin. Sie gründeten eine Familie oder leben allein. All das läuft nach Ihrem Willen.

Aber was stand an erster Stelle, bevor Sie etwas taten und auch ausführten?

Der Wunsch danach! Der Wunsch nach Geborgenheit, einer eigenen Familie, der Wunsch nach einem neuen Auto, der Wunsch nach einer größeren Wohnung.

Sie erfüllten sich Ihre Wünsche. Sicher, manches war nicht einfach, aber Sie erfüllten sie sich trotzdem. Wie funktionierte das? Durch Ihren Willen. Sie wollten das besitzen, was Sie sich in den Kopf setzten.

Die neue Wohnung, sie entspricht Ihren Wünschen, sonst wären Sie nicht eingezogen. Wie bekamen Sie sie? Ging das von heute auf morgen?

Nein, es war ein längerer Prozess, bis Sie einzogen. Irgendwann kam Ihnen der Gedanke, die alte Wohnung ist eigentlich zu klein.

Der Gedanke war da, nicht immer und nicht jeden Tag, vielleicht auch nur einmal, aber er hinterließ einen Wunsch in Ihrem Gedächtnis, den Wunsch, sich örtlich zu verändern.

Sie lasen die Immobilienseiten der Tageszeitungen, informierten sich, verglichen die Mietpreise. Ihr

Wunsch nach einer neuen Wohnung wurde stärker, sie entwickelten ein Bild wie sie aussehen sollte. Drei Zimmer, Küche und Bad und ein sehr großer Balkon.

Der Wunsch wurde noch stärker, prägte sich visuell in ihr Gedächtnis, jeden Tag dachten Sie daran.

Was passierte in Ihrem Kopf?

Nachdem ihr Wunsch, sich örtlich zu verändern, sehr stark wurde, und Sie fast täglich daran dachten, nahm irgendwann ihr Unbewusstes von dieser Sache Notiz.

Da Sie jetzt wissen, dass das Unterbewusstsein Sie leitet, ließ es Sie zum richtigen Zeitpunkt handeln.

Es schaltete Ihren Willen ein, jetzt, ab diesem Zeitpunkt bewusst und mit Energie nach einer Wohnung zu suchen.

Sie fanden Ihre Wohnung mit dem großen Balkon, fast so, wie Sie sie sich vorstellten.

So geschieht das mit allem in Ihrem Leben. Zuerst der Gedanke, dann der Wunsch, schließlich der Wille als ausführendes Organ.

»Halt!«, werden Sie sagen. »Gestern kaufte ich mir spontan einen CD Player. Von wegen, längerer Prozess!«

Das war kein Spontankauf, er war schon seit längerer Zeit geplant. Irgendwann vor langer Zeit sahen Sie das Teil irgendwo abgebildet, in einem Katalog oder in einem Prospekt. Da Sie Musikliebhaber sind, dachten Sie, irgendwann kaufe ich mir den.

Aha, ein Wunsch, was passiert mit ihm? Er wird gespeichert und geht nicht verloren, inzwischen sahen Sie den Player wieder, ein paar Euro billiger, Sie kauften ihn aber nicht.

Warum nicht? Der Wunsch danach war noch nicht groß genug, er war noch nicht im Unbewussten, folglich kauften Sie ihn nicht, aber Sie wurden daran erinnert.

Sie wurden in der nächsten Zeit noch häufiger an ihm erinnert. Zum Beispiel, bei Ihren Bekannten, die eine CD bei Ihrem letzten Besuch abspielten etc.

Irgendwann übernahm das Unterbewusstsein den Wunsch zum Kauf des Players und ließ Sie handeln, sprich, den CD Player kaufen.

Es mag in Ihrem Leben echte Spontanhandlungen gegeben haben, suchen Sie nach Ihnen. Sie werden sehen, es ist schwierig, eine zu finden. Genau genommen gibt es sie nicht.

Ihr ganzes Leben besteht eigentlich nur aus Wünschen. Es vergeht kein Tag, an dem Sie sich nicht etwas wünschen. Sie sprechen viele Wünsche nicht mehr aus, sie sind schon in Ihrem Unterbewusstsein fest verankert.

Es sind die Elementarwünsche, der Wunsch nach Gesundheit, nach körperlicher Unversehrtheit, nach langem Leben, nach Sicherheit, nach Glück.

Hätten Sie diese Wünsche nicht, überlegen Sie, wo befänden Sie sich heute? Es sind die Wünsche, die Ihnen erst ein Überleben ermöglichen.

Was geschieht, würden Sie einen dieser Wünsche ausschalten? Sie können das, ohne Zweifel.

Es ist keine Schwierigkeit, einen dieser Wünsche auszuschalten, wie eine brennende Kerze aus dem Unterbewusstsein zu löschen. Würden Sie es tun, Sie würden nicht mehr unter uns weilen.

Sie sehen, ohne Wünsche läuft nichts, aber auch gar nichts! Was lief bei Ihnen schief?

Der Wunsch nach einem sicheren Arbeitsplatz war nicht stark genug, wurde verdrängt, oder er haftete noch nicht als Elementarwunsch in Ihrem Unterbewusstsein.

Sie wissen doch, ihr Unterbewusstsein setzt alle Hebel

in Bewegung, um starke, innige Wünsche zu erfüllen. Wenn Sie wollen, könnten Sie Bundeskanzler werden, ihr allmächtiges Unterbewusstsein wird Ihnen den Weg zu diesem Ziel weisen.

Negative Gedanken

Sie sehen, alles ist möglich in Ihrem Leben durch Wünsche, positive Wünsche.

»Gibt es auch negative Wünsche?«

Natürlich, jedes Ding hat zwei Seiten, auch Ihre Wünsche, die ja nichts anderes waren, als irgendwann einmal ein Gedanke, der sich festigte und in Ihrem Hirn als Wunsch sein Plätzchen fand. Ursprünglich ein positiver Gedanke, der sich erfüllte ohne Wenn und Aber. Sie sehen, wie mächtig ihr Unterbewusstsein ist, es führt das aus, was Sie sich wünschen!

Kommen wir zurück zu Ihrem ehemaligen Arbeitsplatz. Warum verloren Sie ihn? Sie wissen es, es ist Ihre Schuld. Aber, warum genau haben Sie ihn verloren?

Es gibt viele Möglichkeiten, greifen wir eine heraus. Arbeiteten Sie gerne in Ihrer Firma?

»Sicher! Ich war mit ihr verheiratet, ich tat alles für sie!«

Wenn Sie genug für sie getan hätten, würden Sie noch dort arbeiten.

Aber warum taten Sie zu wenig für ihre Firma? Lag es an Ihrem Wissen, Ihrer Ausbildung?

Vermutlich nicht, Sie sind ein helles Köpfchen, nicht dumm! An was lag es dann?

»An meinen Wünschen?«

Wir kommen der Sache näher.

»Aber ich hab mir doch nicht gewünscht, entlassen

zu werden«, protestieren Sie jetzt.

Natürlich wünschten Sie sich das nicht. Aber es musste einmal etwas in Ihrer Firma geschehen sein, etwas, das einen negativen Gedanken in Ihnen auslöste, wie Scheiß Firma oder Ähnliches.

Überlegen Sie, denken Sie nach!

Aha! Eine Reiberei vor einem Jahr mit Ihrem Vorgesetzten. Ging ein wenig an die Nieren die Sache damals, ist aber aus der Welt geschafft.

Sie ist nicht aus der Welt! Sie nahmen Sie sich zu Herzen und wünschten sich in diesem Augenblick, weg von hier, raus aus dieser Firma!

Eine natürliche Reaktion auf einen Rüffel, wenn dieser vielleicht auch nicht ganz berechtigt war.

Aha, ein Wunsch, raus, weg aus dieser Firma! Ein negativer Wunsch! Es geschieht jetzt das wie bei einem positiven Wunsch.

Ab diesen Tag ist nichts mehr wie es einmal war!

Sie sind verärgert, unbewusst werden Sie Ihre Arbeitsleistung ändern, es fällt Ihnen nicht auf, aber Ihren Kollegen. Das Arbeitsklima änderte sich. Dass Sie die Ursache sind, ist Ihnen nicht bewusst, aber ihr Unterbewusstsein registriert dies und die Worte -Raus und weg von hier- sind nicht vergessen.

Was treibt ihr Unterbewusstsein, aus dem Sie den Streit mit Ihrem Vorgesetzten vergaßen zu löschen, es wird alles unternehmen, Sie aus dieser Firma zu entfernen.

Sie wurden letztendlich entlassen, obwohl Sie das bewusst nicht wollten. Bedanken Sie sich bei Ihrem Unterbewusstsein!

Es könnte auch sein, dass Ihnen dieses passiert ist:

Sie lebten in den letzten Jahren in dauernder Furcht, entlassen zu werden, obwohl kein Grund vorherrschte.

Ihre Furcht war das Produkt morbider Gedanken.

Ihre Fantasie dramatisierte die Situation, bis Sie vor lauter Angst nervös und unsicher wurden, was natürlich Ihre Arbeitsleistung verschlechterte. Schließlich bekamen Sie die Kündigung.

Sie entließen sich selbst. Ihre dauernden negativen Vorstellungen und Gedanken lösten eine entsprechende Reaktion Ihres Unterbewusstseins aus.

Nur aus diesem Grunde machten Sie Fehler oder trafen Fehlentscheidungen, die Sie für Ihre Firma untragbar werden ließ.

Sie hätten niemals Ihre Stellung verloren, wenn Sie Ihre Gedanken sofort in entgegengesetzte Wunschbilder konzentriert hätten.

Sie sehen, die Gefährlichkeit Ihrer Gedanken, besonders der negativen. Seien Sie auf der Hut, wenn negative Gedanken aufkommen, sie können sich sehr schnell verwirklichen!

Löschen Sie diese sofort aus Ihrem Gedächtnis und Unterbewusstsein, steuern Sie dagegen wie ein Bootsmann, der einem gefährlichen Strudel versucht auszuweichen!

Überlegen Sie, alles was Sie um sich herum sehen, sind materialisierte Gedanken, Wünsche, außer der Natur, sie wurde von Gott geschaffen. Aber ist sie nicht auch ein materialisierter Gedanke, ein Wunsch von ihm?

Ein mächtiges und gefährliches Instrument unser Unterbewusstsein, wozu es fähig ist, wird uns erst bewusst, dass es Zerstören und auch wieder Aufbauen kann.

Ursache (positive Gedanken) = positive Wirkung

Ursache (negative Gedanken)= negative Wirkung

Bei vielen Gesprächen mit Langzeitarbeitslosen fällt deren negative Lebenseinstellung auf. Ich hörte Sätze wie diese: Scheiß Leben! Hat ja doch keinen Sinn mehr weiter nach Arbeit zu suchen! Was soll ich den ganzen Tag machen? Es ist alles sinnlos! Nirgends bekomme ich Arbeit! Mistarbeitsamt! Von dem bisschen Geld kann ich nicht leben! Scheiß Sozialamt! Drecksstaat!

Diese Bemerkungen ließen sich endlos fortsetzen.

Alle haben sie eins gemeinsam, Negativität. Diese Bemerkungen sind hochgradig negativ und zeigen die Selbstaufgabe dieser Menschen.

Was zeigen sie noch? Die Schuldzuweisung an ihrem Dilemma, sie machen andere dafür verantwortlich, den Staat mit seinen ausführenden Organen.

Verstehen diese Menschen nicht, dass sie für ihr Leben selbst verantwortlich sind. Brauchen sie ein Kindermädchen, das auf sie aufpasst und sie behütet?

Suchen sie im Staat, das was sie nicht besitzen? Verantwortung! Verantwortung für ihr eigenes Leben! Verantwortung für ihr Denken!

Der Staat sind wir, wir alle, das wird oft vergessen. Wir alle tragen die Schuld an diesem wirtschaftlichen Desaster in dem wir jetzt stecken. Jeder einzelne trägt die Schuld daran.

Wir können dieses Elend nicht gezielt auf einzelne Personen oder Gruppen abschieben. Jeder von uns sollte sich an die eigene Nase fassen, als er vor lauter Geldgier und Faulheit die Vertreter wählte, die ihm hohe Einkünfte bei wenig Arbeitszeit versprochen.

Aber lassen wir das, es würde ins Unendliche führen die Ursachen danach zu suchen, es ist auch nicht der Sinn dieses Artikels.

Diejenigen die am lautesten schimpfen und jammern geht es am schlechtesten, und je mehr sie jammern desto schlechter wird es Ihnen ergehen, letztendlich landen sie auf der Straße. Bedauernswerte Menschen!

Warum bedauernswert? Sie wollten es so, sie wollen so leben! Niemand zwang sie zu dieser Lebensweise oder verstanden sie das nicht, das mit den Wünschen! Wenn sie davon wussten, dann ist es in Ordnung, wenn sie auf der Straße schlafen, wenn nicht, wird es Zeit, dass es ihnen einer sagt. Nur keiner wird da sein, der ihnen das sagt. Keiner fühlt sich zuständig. Wenn er Glück hat, trifft er auf einen karitativen Verein, der ihm das lehrt, und wenn er begreift, er sich wünscht, von der Straße zu verschwinden, wird er alsbald verschwunden sein.

Ihre erste Lektion, die Sie lernen sollten, denken Sie Positiv, vertreiben Sie alle düsteren, negativen Gedanken!

Morgens, beim Aufstehen sagen Sie Ja zum Leben. Sie besitzen nur eins, es ist zu schade, um es mit Negativen zu beladen.

Schauen Sie in den Spiegel, lächeln Sie sich an und dann sagen Sie laut und deutlich und voller Inbrunst:

»Ich will Arbeit, Arbeit, die mir Freude macht!«

Lächeln Sie sich wieder an und sprechen Sie nochmals laut und deutlich: »Ich wünsche mir ein zufriedenes Leben!«

Wollen Sie sich noch irgendeinen anderen Wunsch erfüllen, hängen Sie diesen an. Drei Wünsche sind es insgesamt, nicht mehr!

Jetzt legen Sie sich hin, warten auf die gute Fee, die ein Pülverchen auf ihr Haupt streut und Ihnen mit einem kräftigen Feuerwerk alle Wünsche erfüllt.

Es wäre zu einfach. Vor dem Erfolg setzten die Götter bekanntlich den Schweiß!

Da Sie sich ja vorhin schon Gedanken machten, wie Ihre weitere berufliche Zukunft aussehen soll, versuchen Sie jetzt, sich Ihren Arbeitsplatz bildlich vorzustellen. Malen Sie ihn aus, wie in einem Kindermalbuch, in den schönsten Farben oder basteln Sie sich ihn zusammen wie aus einem Baukasten, Stein für Stein.

Sie sollten bei diesen Überlegungen Ihre Ruhe haben, allein sein, alles Störende ausschalten.

Sind Sie fertig? Alle Einzelheiten, bis zum Bleistift?

Angenommen, es ist ein kleiner Büroraum, in dem Sie sich Ihren Schreibtisch einrichteten, oder etwas anderes, ein Geschäft, in dem Sie Ware verkaufen. Egal was es ist, schließen Sie nun Ihre Augen und verbringen Sie die nächsten Minuten darin. Fühlen Sie sich darin wohl, oder stört Sie etwas?

Was? Sie können das nicht, sich in einem imaginären Raum versetzen? Jeder Mensch besitzt Fantasie, auch Sie. Setzen Sie sich entspannt in Ihren bequemsten Sessel und versuchen Sie es nochmals.

Es will wieder nicht klappen? Üben Sie es, geben Sie nicht auf! Sie haben Zeit genug, irgendwann stehen Sie drin.

Gut, wenn Sie sich darin wohl fühlen, prägen Sie sich alles ein, alles was vor Ihrem geistigen Auge erscheint, jede noch so kleine Kleinigkeit. Alles sollte immer wieder von Ihnen abgerufen werden können, immer und zu jeder Zeit und an jedem Ort.

Dieser Raum muss sein wie ihr Wohnzimmer. Sie müssen sich darin wohl fühlen.

Stört Sie etwas an dieser imaginären Örtlichkeit, rei-

ßen Sie sie ein, bauen Sie eine neue, so lange, bis Sie sich darin wohl fühlen.

Können Sie sich vorstellen, darin zu arbeiten?

»Ja!«

Prima, dann arbeiten Sie darin, fangen Sie an zu arbeiten, bedienen Sie Ihre Kunden, oder produzieren das, was Sie wollten, gehen Sie einige Minuten Ihrer Arbeit nach. Machte es Ihnen Spaß?

»Ja!«

Dann machen Sie Feierabend, gehen Sie jetzt nach Hause.

Sie sagen, es ist schwierig, sich in diese Situation zu versetzen.

Ich sage Ihnen, Sie haben Zeit, sehr viel Zeit das zu üben und Sie werden sehen, wenn ich Sie nach einigen Tagen frage: Welche Farbe hat der Fußboden? Ich wette mit Ihnen, Sie können mir das aus dem Stegreif sagen.

Den ersten Tag dürften Sie mit diesen Übungen verbracht haben.

Vergessen Sie nicht, Ihre drei Wünsche! Wiederholen Sie sie täglich so oft wie möglich, und abends, wenn Sie zu Bett gehen, am besten kurz vor dem Einschlafen, gehen Sie ganz inbrünstig wieder an Ihren imaginären Arbeitsplatz, räumen Sie auf und schalten das Licht aus!

Glauben Sie an den Quatsch?

Vielleicht erzählten Sie jemanden davon und er belustigte sich darüber? Lassen Sie ihn reden. Nur Sie wissen von der gigantischen Macht in Ihnen, die alles ermöglicht! Alles!

Stehen Sie wie immer jeden Tag auf, schauen Sie in den Spiegel, lächeln Sie und sprechen laut und deut-

lich Ihre Wünsche aus. Frühstücken Sie wie immer und anschließend setzten Sie sich in ihr Wohnzimmer in Ihren bequemsten Sessel. Schließen die Augen und gehen zu Ihrer neuen imaginären Arbeitsstelle und arbeiten dort ein paar Minuten.

Das wiederholen Sie täglich mehrmals eine Woche lang. Vergessen Sie nicht, Sie müssen das wollen, von ganzen Herzen, sich nichts sehnlicher wünschen, als an diesem Arbeitsplatz zu arbeiten. In dieser Woche sollten Ihre Gedanken nur um das kreisen. Vergessen Sie alles Negative, und sagen Sie nie, das wird nicht funktionieren. Glauben Sie fest daran, dass es funktioniert.

2. Woche

Haben Sie es geschafft? Jeden Tag nur positiv gedacht? Konsequent täglich Ihre Wünsche geäußert und regelmäßig Ihren Arbeitsplatz besucht?

Was erreichten Sie in dieser Woche?

Sehr, sehr viel!

Sie stellten Überlegungen über Ihre berufliche Zukunft an. Sie sind sich klar geworden, wie es weitergehen soll!

Sie dachten positiv, zumindest den Versuch unternahmen Sie.

Sie schufen sich einen neuen Arbeitsplatz, wenn auch nur imaginär.

Sie brachten sehr viel über ihr Unterbewusstsein in Erfahrung.

Sie äußerten den Wunsch, aus vollen Herzen wieder zu arbeiten

Fahren Sie auch in der zweiten Woche damit fort. Versuchen Sie, Ihre Wünsche tiefer zu verankern, fester daran zu glauben!

Wie war das mit dem Besten? Sie waren es nicht? Sie müssen es werden! Sie werden der Beste! Fügen Sie den Satz »Ich will der Beste werden!« Ihren drei Wünschen an.

Von allein geht das nicht ... Sie müssen etwas dafür tun, vielleicht so viel, dass Sie jetzt Nein sagen.

In meiner Zeit als Unternehmer schickte mir das Arbeitsamt Menschen, die Arbeit suchten. Zu meinem Leidwesen muss ich sagen, ich habe meinen Personalbedarf nie mit diesen Menschen abgedeckt, auch meine Mitbewerber, mit denen ich mich oft traf und mich mit ihnen auch über dieses Thema unterhielt, waren selten bereit, ihren Bedarf übers Arbeitsamt abzudecken.

Warum war das so?

Ein kleines Beispiel:

Ich rief den zuständigen Arbeitsvermittler an und bat, mir einen ausgebildeten Elektroniker vorbeizuschicken. Was glauben Sie, wer alles kam?

Einfach gesagt, nur Schrott! Das soll jetzt keine Diskriminierung der sich vorstellenden Menschen sein. Nein, nicht einer genügte den einfachen Anforderungen, die ich stellte.

Das Arbeitsamt schickte mir Leute, die noch nie einen Lötkolben in der Hand hielten, oder solche, die vielleicht fachlich qualifiziert waren, aber keine Lust zu arbeiten hatten.

Eine Katastrophe, auch bei einem späteren Versuch, einen Bürokaufmann zu finden. Ich fand meine Mitarbeiter auf dem freien Arbeitsmarkt auf Grund von Anzeigen, die ich schaltete.

Der Bürokaufmann war übrigens seit 10 Monaten arbeitslos und bereit, einen Wohnungswechsel in Kauf zu nehmen. Er gehörte zu den besten Mitarbeitern, die ich je hatte.

Ich will dem Arbeitsamt nicht die Fähigkeit absprechen, Arbeitsplätze zu vermitteln, aber meine Kollegen und ich machten keine gute Erfahrungen, und mit uns noch viele andere Unternehmer.

Uns waren oder sind Menschen angesehener, die selbst nach Arbeit suchten, vorbeikamen und fragten oder ihre Bewerbungen nach geschalteten Anzeigen schickten. Sie waren qualifizierter.

Was hat das mit Ihnen zu tun? Ich will Ihnen nicht abraten und werde mich hüten, die Angebote, die Ihnen das Arbeitsamt unterbreitet, nicht aufzusuchen, aber seien Sie sich einem Vorurteil des Arbeitgebers gewiss.

Wenn Sie der Beste sind, haben Sie kein Problem damit, aber Sie sind es nicht, noch nicht!

Arbeitgeber suchen Mitarbeiter, die jung und dynamisch sind und über eine gehörige Portion an Wissen verfügen.

Dynamik und Wissen ist vermittelbar, doch was ist mit dem Alter?

Über vierzig sieht es schlecht auf dem deutschen Arbeitsmarkt aus. Sie sind in den Augen der Arbeitgeber bereits zu alt für die Firma.

Ab vierzig wird der Mann erst zum Mann, sagt ein schwäbisches Sprichwort, das Schwabenalter beginnt ab diesem Zeitpunkt. Erst ab vierzig wird der Mann

gescheit! (Für Frauen ist es noch schwerer, suchen sie ab diesem Alter eine qualifizierte Arbeit)

Das mit dem Schwabenalter scheint sich in der deutschen Wirtschaft noch nicht herumgesprochen zu haben. Sie missachtet und verschmäht ein gewaltiges Potenzial an Wissen und Erfahrung.

Gehören Sie zu den bedauernswerten Menschen dieser Gattung, gibt es für Sie nur eine Chance, Sie müssen sich gut verkaufen. Anbieten wie eine Ware, wie gut abgehangenes Fleisch, das am besten schmeckt.

Den einzigen Pluspunkt den Sie gegenüber Jüngeren besitzen, ist ihre längere Arbeitserfahrung, Reife und ihr fachliches Wissen, das sich im Laufe der Jahre ansammelt.

Bringen Sie diese Tatsache in Ihrer Bewerbung, oder bei einem Einstellungsgespräch zur Erwähnung, es ist wichtig für Sie.

Schauen Sie sich in der Politik um. Wer regiert uns, und wie alt sind diese Damen und Herren? Viele schon über das Rentenalter hinaus, vom natürlichen körperlichen Alterungsprozess gezeichnet, viele der Verkalkung sehr nahe.

Nehmen Sie die Wirtschaft, das obere Management, die Aufsichtsräte, selten ein Jüngerer unter ihnen. Die dominante Haarfarbe bei ihnen ist Grau.

Dort gelten anscheinend andere Gesetze, als in den unteren Etagen. Dort zählt nicht die Lebenserfahrung und das gesammelte Wissen der Jahre.

Aber vermutlich gehören Sie nicht zum oberen Management. Umso wichtiger ist es für Sie, ihr Wissen zu erweitern, Kurse und Seminare besuchen. Fachbücher lesen, bis zum Umfallen.

Zeigen Sie jetzt Eigeninitiative, erkundigen Sie sich bei Ihrem Arbeitsamt nach Fortbildungsmöglichkeiten.

Auf dem freien Markt gibt es Schulen, die Kurse anbieten und die vom Arbeitsamt finanziell gefördert werden.

Warten Sie nicht, bis das Arbeitsamt Sie in einen Kurs steckt, der Ihnen wenig bringt.

Ich kenne Menschen, die in solchen Kursen »herumhängen«, die dort hingehen, weil sie müssen, das Arbeitsamt sie dort hineinsteckte, die aber kein Interesse an dem gebotenen Thema zeigen.

Es sind mir genügend Fälle bekannt, bei denen Menschen in Kurse hineingedrängt wurden, die weit über ihr geistiges Niveau lagen oder umgekehrt.

Das Arbeitsamt scheint hier nach der Devise zu handeln, jeder Arbeitslose, der in irgendeiner Maßnahme steht, ist kein Arbeitsloser. Dieses Denken beschönigt natürlich die Statistik, hilft aber den Menschen in keinem Fall.

Also gehen Sie zum Angriff über, bevor der Staat Sie bevormundet!

Sie haben jetzt genügend Zeit, dies zu tun, setzen Sie alles in dieser zweiten Woche daran, sich über Ihre Fortbildungsmöglichkeiten zu informieren.

Wenn Sie sich zu einem anderen Beruf entschließen, erkundigen Sie sich über Umschulungsmöglichkeiten oder Anlernmöglichkeiten in Betrieben.

Das kostet Sie natürlich eine gehörige Portion an Energie, die Sie jetzt aufbringen müssen, aber ihr Wunsch nach Arbeit wird Ihnen die Kraft dazu geben.

Lassen Sie sich nicht vorzeitig abwimmeln oder beschwatzen, dass dies für Sie nicht nötig sei. Gehen Sie ins BIZ Ihres Arbeitsamtes und vereinbaren Sie einen Termin mit Ihrem Berufsberater.

Vergessen Sie in dieser Woche nicht den Satz: »**Wissen ist Macht!**«

3. Woche

Erreichten Sie, was Sie sich vornahmen? Dachten Sie in den ersten Wochen jeden Tag nur positiv? Äußerten Sie konsequent täglich mehrmals Ihre Wünsche und besuchten Sie regelmäßig Ihren imaginären Arbeitsplatz?

Erkundigten Sie sich über Fortbildungsmöglichkeiten oder Umschulungen? Besorgten Sie sich weiterführende Literatur?

Was erreichten Sie in dieser Woche? Wieder sehr, sehr viel!

Sie näherten sich einer neuen Arbeitsstelle mit einem großen Schritt durch Ihre Eigeninitiative auf der Suche nach Erweiterung Ihres Wissens.

Sie vertieften ihr positives Denken!

Wie sieht es in Ihrem privaten Umfeld aus? Seit dem Sie arbeitslos sind, änderte sich vermutlich sehr viel.

Wenn Sie verheiratet sind und Kinder ihr eigen nennen, wahrscheinlich alles. Das Verhältnis zu Ihrer Frau und Ihren Kindern wird auf der Gefühlsskala einige Grad ins Minus gerutscht sein. Aber wenn Sie eine verständnisvolle Familie Ihr eigen nennen, die für Ihre Sorgen und Nöte ein offenes Ohr besitzt, wird ein Temperatursturz ausgeblieben sein.

Letzterer ist häufig zu beobachten. Verständlich, wenn an der Lebensqualität gekratzt wird, der Ernährer ausfällt und je nach Verdienst einige hundert Euro weniger in die Haushaltskasse fließen.

Streit und böse Worte sind die Folge. Vorwürfe und immer wieder Vorwürfe.

Es könnte sein, dass es für Sie unerträglich zu Hause wird, Sie bereits morgens die Wohnung verlassen, um jeden Streit aus dem Weg zu gehen. Dann in die nächste Wirtschaft rennen, sich dort mit anderen Arbeitslosen zu einem gemütlichen Bier treffen.

Der sichere soziale Abstieg, der vorprogrammierte Untergang! Der Beginn zu einem Leben auf der Straße wird dadurch eingeleitet! Über was sprechen Sie in dieser für Sie gemütlichen Runde unter Alkoholeinfluss?

Doch nur über ihre negativen Erfahrungen, ich hörte nie positive, wenn ich solche Grüppchen beobachtete. Wenn Sie zu der Sorte gehören, sofort Schluss damit!

Andere bleiben zu Hause, lassen den Tag Tag sein. Legen ihre Füße auf den Tisch, schalten den Fernseher ein, oder stürmen in die nächste Videothek, um mit einem Stapel Filme nach Hause zu kommen.

Der Videorecorder und der Fernseher laufen heiß, aber nicht ihr Gehirn, das sich eigentlich mit der Problematik ihrer Arbeitslosigkeit beschäftigen sollte.

Ich kann das nicht mehr hören, werden viele sagen, ich muss mich ablenken.

Ablenken! Von was?

Von Ihrem Leben, Ihrer Familie? Überlegen Sie, wen vernachlässigen Sie?

An erster Stelle wohl sich selbst und dann Ihre Familie.

Toll, sag ich Ihnen, vergaßen Sie, dass Sie nur ein Leben besitzen? War es das gewesen?

Recht hat Ihre Familie, dass Sie mit Ihnen hadert!

Reißen Sie sich zusammen, unternehmen Sie etwas! Wenn Sie kein Hobby haben, suchen Sie sich eines. Beschäftigen Sie sich sinnvoll. Wie wäre es mit Sport oder körperlicher Bewegung. Es muss nicht gleich der teure Besuch eines Fitnesscenters sein, tägliches Joggen

bringt Energien zurück.

Eine Fremdsprache erlernen. Für wenig Geld bekommen Sie schon gute Kurse auf Kassette, oder melden Sie sich auf der Volkshochschule an. Tun Sie etwas in Ihrer freien Zeit, etwas Sinnvolles, egal was, aber unternehmen Sie etwas!

Versuchen Sie, Ihre Familie mit einzubinden, mit ihr etwas zu unternehmen. Sie werden sehen, ihr Familienleben wird sich bessern.

Nichts ist im Moment wichtiger für Sie, als ein möglichst intaktes Familienleben. Sprechen Sie sich aus mit Ihren Familienangehörigen.

Kümmern Sie sich diese Woche um eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung, regeln Sie ihr Familienleben!

Was sollten Sie außerdem noch tun? Das, was Sie in den ersten und zweiten Wochen taten. Wiederholen Sie es! Zu viel verlangt?

4. Woche

Sie werden in den letzten drei Wochen bemerkt haben, dass positives Denken nicht einfach ist. Immer wieder versuchten negative Gedanken und Strömungen auf Sie einzuwirken. Ich hoffe, Sie ließen diese nicht zu, denn Sie könnten das von Ihnen Aufgebaute sehr schnell zerstören.

In dieser Woche sollten Sie Ihre Bewerbungsunterlagen durchgehen. Lesen Sie sich ihr Bewerbungsschreiben nochmals durch. Sie werden es jetzt vielleicht mit anderen Augen sehen. Korrigieren Sie sie, falls Sie es für nötig halten.

Wie war das mit dem ersten Eindruck? Ist er in Ordnung? Überprüften Sie ihn wie im vorhergegangenen

Abschnitt beschrieben und korrigierten Sie ihn nötigenfalls.

Wie sieht es aus, wollen Sie sich nicht mal wieder bewerben?

Holen Sie sich die aktuellen Tageszeitungen, die Samstagsausgaben mit den Stellenangeboten, suchen Sie darin, vielleicht finden Sie heute Ihren Arbeitsplatz. Ab dieser Woche sollten Sie wieder regelmäßig Stellenangebote lesen und sich auch bewerben! Wer sucht, der findet! Wieder ein Sprichwort unserer Ahnen.

Ja, unsere Ahnen nahmen sich Zeit für sich, Zeit über sich und ihr Leben nachzudenken. Viele Lebensweisheiten übergaben sie uns. Das alte Testament ist voll davon, und nach vielen dieser Lebensweisheiten handeln wir heute noch.

Viele Sprüche, oder Bibelworte werden Sie darin finden, wie zum Beispiel oben genanntes. Sie alle sind sehr tiefsinnig, denkt man über sie nach.

Alle wollen sie nur das eine, Ihnen Hilfe geben für ihr Leben und Ihre inneren Kräfte mobilisieren.

Auch andere Religionen kennen diese Weisheiten. Buddha sagte einmal »Du bist, was du denkst!«

Sie sehen, unsere Vorfahren kannten sich besser aus als wir in unserer heutigen, hektischen Zeit, die, wie ich eingangs schon erwähnte, voll von Ablenkung geprägt ist. Unsere Ahnen besaßen mehr Zeit über die wahren Dinge im Leben nachzudenken.

Oder kennen Sie vielleicht ähnliche Sprichwörter, die in der heutigen Zeit geprägt worden sind und die vermutlich auch noch in Jahrhunderten ihre Gültigkeit besitzen werden?

Ich nicht! Nur Nonsens, was heute über unsere Lippen kommt.

Bringen wir es auf den Nenner! Was geschieht heute?

Flucht vor dem Leben, vor der Realität! Raus aus dieser Realität, hinein in eine Traumwelt.

»Das ist nicht so, ich flüchte nicht vor der Realität.«

Dann frage ich Sie: Wann dachten Sie zuletzt über ihr Leben nach, über den Sinn Ihres Daseins oder einfacher ausgedrückt - Was soll das alles?

Sehen Sie! Vermutlich nie, oder Sie können sich nicht mehr daran erinnern?

Der moderne Mensch hat verlernt oder vergessen, besonders der Mensch, der die Industriestaaten bevölkert, sich mit sich selbst auseinander zu setzen. Jede Minute seines Lebens ist verplant mit Arbeit, Freizeit, Schlafen.

Was ist Ihre Realität?

»Das, was Sie eben nannten, Arbeit, Freizeit, Schlafen!«

Das ist ein Teil Ihrer Realität, der visuelle, sichtbare, ein anderer, viel wichtigerer ist ihr Leben. Das vorher genannte verhilft Ihnen, nur es zu leben, nicht zu verhungern.

Die nichtvisuelle Realität, die unsichtbare, ihr Leben, das, was sich in Ihrem Inneren abspielt, es ist das geistige Leben, ihr Denken, Fühlen, Glauben und Hoffen, das ist ihr eigentliches Leben. Diese Realität ist sehr wichtig und unerlässlich.

Stimmt ein Faktor nicht in ihr, schlägt sich dies sofort negativ auf unsere visuelle Realität nieder. Erst, wenn keine Probleme in unserer nichtvisuellen Realität existieren, geht es uns gut, wir sind glücklich und zufrieden.

Wir verlernten, oder werden zu stark abgelenkt, diese Probleme in unserer nichtvisuellen Realität zu lösen oder zu erkennen! Weshalb gibt es sonst so viele unzu-

friedene und mit Problemen behaftete Menschen in unserer westlichen Hemisphäre, tagtäglich werden es mehr.

Unsere wahren Bedürfnisse nach Liebe, Geborgenheit und Zufriedenheit werden zur Seite geschoben, ersetzt durch Begriffe wie Erfolg, Technik und Fortschritt.

Sie bestimmen unser Leben. Fortschritt und Technik, das goldene Kalb, um das wir tanzen. Lässt es uns alles vergessen?

Die Wurzeln unseres Ursprungs, das wahre Leben? Sind wir den Verheißungen, Segnungen und Versprechen des Fortschritts und der Technik verfallen, bestimmen nur noch sie unser Leben?

Anscheinend ja, warum sonst wenden wir uns ab von Gott und der Kirche, warum gibt es immer mehr Unzufriedenheit?

Unsere Vorfahren wussten sich zu helfen, sie beteten zu Gott um Hilfe und er half, sie verloren das Vertrauen zum Allmächtigen nicht.

Was tun wir? Bei psychischen Problemen rennen wir zum Psychiater, bei physischen sofort zum Arzt, in der Hoffnung, dass diese durch sie beseitigt würden.

Durch jede Menge Fortschritt und Technik werden sie beseitigt, meistens die Wirkung, aber die Ursache bleibt, das Problem in der nichtvisuellen Realität.

Verlernten wir, dass es noch eine andere Institution gibt, die uns eventuell hilft?

In Zeiten größter Not, Gefahr oder Todesangst, fällt es uns allen wieder ein, und es drängt sich wie von selbst auf unser aller Lippen, das Gebet.

Verlernten wir alle auch in besseren Zeiten zu beten, uns dadurch ein besseres Leben zu wünschen, diesen Wunsch an den Allmächtigen zu schicken?

Ich nannte an anderer Stelle dieses Buches, dass das Unterbewusstsein allmächtig ist. Können wir es gleichsetzen mit Gott, wenn dies allmächtig und allwissend ist? Vielleicht ja, vielleicht ist Gott in uns allen, nur wir vergaßen es?

Wir alle täten gut daran, uns zu erinnern, wer uns schuf. Den Glauben an Fortschritt und Technik sollten wir etwas zur Seite schieben, weniger ablenken lassen durch die Segnungen der Technik, wie Fernseher, Videorecorder, Kino, Computer etc. und über unser Leben etwas mehr nachdenken.

Wir fangen an Gott zu spielen, werden uns eines Tages allmächtig fühlen, doch unsere Probleme in der nichtvisuellen Realität haben wir nicht gelöst. Keine Zeit dazu gehabt, wir werden unzufrieden sein mit uns selbst, und wir werden uns irgendwann gegen uns selbst erheben und erschreckt feststellen, dass wir nicht Gott sind!

»Gedankenspiele!«

Sie könnten Recht haben, aber ist es nicht von Nöten, mal in sich selbst hineinzuhören, zu schauen wie es in einem aussieht? Sich nicht ablenken lassen von der Umwelt, sich selbst sein.

Vielleicht stecken noch mehr Probleme in Ihnen, als das im Moment größte, Ihre Arbeitslosigkeit. Kleinere Probleme, die sich potenzieren, sie könnten zu einem gewaltigen werden!

»Probleme, Probleme, doch wie bringe ich sie weg, löse sie?«

Durch positives Denken, das lernten Sie doch!

»Aber, wie mache ich aus einem Problem etwas Positives?«

Sehen Sie Ihr Problem als eine große faszinierende Auf-

gabe, die es gilt zu lösen. Wünschen Sie sich deren Lösung herbei!

Sie sehen, aus etwas Negativem ist etwas Positives geworden. Eine faszinierende Aufgabe zu lösen, ist immer etwas Positives in Ihrem Leben.

Und Ihr innigster Wunsch, diese Aufgabe zu lösen, wird Ihrem Unbewussten alles abverlangen, was möglich ist, um diese Aufgabe zu lösen.

Mit dieser Technik werden Sie alle Probleme in Ihrem Leben meistern, egal, ob sie groß oder klein sind. Setzen Sie sich in dieser und in den kommenden Wochen hin, hören Sie in sich hinein, was brodelt in Ihnen?

Lösen Sie Ihre Probleme, und vergessen Sie nicht, sich zu bedanken, sobald eine Lösung erfolgreich verlaufen ist.

»Bei wem?«

Das bleibt Ihnen überlassen, entweder beim Allmächtigen oder Ihrem Unterbewusstsein, bei wem ist egal. Hauptsache, Sie bedanken sich.

Lebensfreude

Wunder gibt es nicht? Wenn doch, dann sind sie recht selten auf dieser Welt geworden.

Wunder kann und will Ihnen dieser Artikel auch nicht versprechen, eine Garantie auf einen neuen Arbeitsplatz erst recht nicht! Er kann Ihnen nur Anleitung zur Erreichung des vorher genannten sein. Ob Sie das erreichen wollen, liegt an Ihnen.

Um das zu erreichen, sollten Sie Ihre Lebenseinstellung ändern, alles Negative ablehnen und mit Freude durchs Leben gehen.

Überlegen Sie, wann Sie das letzte Mal so richtig lachten, sicherlich schon lange her. Dachten Sie darüber nach, was Ihnen Spaß, Freude macht? Nicht allein, gemeinsam mit anderen?

Sind Sie mit Menschen zusammen, die humorvoll oder eher griesgrämig sind? Oder mit Menschen, die meinen, Humor ist andere der Lächerlichkeit preisgeben.

Sind Sie glücklich?

Eine Frage an Sie, die Sie ehrlich beantworten sollten.

Setzen Sie alles daran, um glücklich zu werden? Denn nur glückliche Menschen besitzen eine freundliche Einstellung zum Leben und nicht nur zu ihm, auch zu Dingen und Situationen.

Negative Einflüsse werden versuchen, Sie ihr ganzes Leben zu begleiten, Ihre Stimmung und ihr Wohlbefinden zu beeinflussen.

Sie haben gelernt, diese fernzuhalten oder in positive umzuwandeln.

Wir sind kein Automat, in dem man eine Münze einwirft und aus dessen Schublade Frohsinn und Freude herauskommt. Vielmehr müssen wir lernen und Geduld üben, bis wir diese Ziele oder Veränderungen erreichen.

Nichts geht von heute auf morgen, vielmehr sind es langwierige Prozesse, die in uns ablaufen und uns zu dem gewünschten Ziel führen. Seien Sie nicht ungeduldig. Üben Sie Gelassenheit. Rom ist schließlich auch nicht an einem Tag erbaut worden.

Im Nachfolgenden nun eine Übung, die Ihre positive Denkweise fördern und unterstützen soll.

Bilder aus dem Inneren

Suchen Sie sich einen Platz, an dem Sie sich wohl fühlen, im Freien oder in Ihrer Wohnung.

Sie sollten jetzt die nächste halbe Stunde ungestört sein. Setzen Sie sich in Ihren bequemsten Sessel und schließen Sie die Augen. Fühlen Sie sich wohl oder lenkt Sie etwas ab?

Wenn ja, setzen Sie sich woanders hin. Es ist wichtig, dass Sie sich wohl fühlen, bequem sitzen und von nichts abgelenkt werden.

Schließen Sie die Augen, atmen Sie tief durch. Spüren Sie die Luft, die Ihre Lungen füllt?

Schauen Sie nach oben! Stellen Sie sich einen strahlend blauen Himmel vor. Atmen Sie wieder tief ein. Spüren Sie jetzt die saubere, reine Luft, die durch Ihre Nasenflügel streicht?

Entspannen Sie sich!

Sehen Sie die kleine weiße Wolke hoch oben am Himmel? Welche Form besitzt sie?

Ihre Gedanken schweben zu ihr.

Schauen Sie sie an, intensiver, was erkennen Sie in ihr? Lassen Sie sich Zeit.

Eine Fratze, ein Tier, einen Baum? Schauen Sie hoch und lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf. Denken Sie an nichts und schauen Sie sie ganz entspannt an.

Es ist ruhig, nur ein gleichmäßig, wiederkehrendes Rauschen erfüllt die klare Luft, ein Rauschen wie das einer Brandung am Meer.

Holen Sie tief Luft, riechen Sie würzige, salzhaltige Luft, die durch Ihre Nase hinab zu Ihren Lungen zieht?

Blicken Sie langsam nach unten. Sehen Sie das Meer, das irgendwo in der Unendlichkeit den Horizont berührt? Lassen Sie die Bilder auf sich wirken!

Spüren Sie die Wärme der Sonne, die auf Ihren Körper scheint? Wohlige Wärme, die Ihren Körper erfüllt und umgibt.

Sie kriecht in Ihren rechten Arm, zieht hoch zu Ihrer Schulter und langsam in die Magengegend. Sie fühlt sich wohl an in Ihrem Magen, spüren Sie es?

Sie dringt weiter nach unten, über Ihren Unterleib, hinab zu Ihrem rechten Fuß. Nehmen Sie das Kribbeln wahr, das sie auslöste, als sie über Ihren Unterleib strich, hinab zu Ihren Zehen, um wieder aufwärts zu ziehen, abermals über Ihren Unterleib hinunter zu Ihrem linken Fuß?

Ein angenehmes Kribbeln, das Sie erfüllt, als sie vom linken Fuß hinaufströmte hoch zu Ihrem Herzen.

Spüren Sie die Wärme darin? Eine angenehme wohlthuende Wärme, das es erfüllt.

Entspannen Sie sich, genießen Sie es.

Lassen Sie Ihre Gedanken schweifen, positive Gedanken über das azurblaue Meer hin zum Horizont, ungezwungen, frei von allem Negativen.

Der Schrei einer Möwe erfüllt die Luft. Sie schauen hoch, suchen und erblicken sie. Weiß wie die Wolke hoch am Himmel fliegt sie mit sanften Schlägen ihrer Flügel fort von Ihnen, hin in die unendliche Weite des blauen Himmels.

Sie sind entspannt, ihr Atem geht ruhig. Alles Negative ist vergessen, soweit weg wie die Möwe von Ihnen.

Sie sind hier an diesem herrlichen blauen Meer und atmen diese würzige Luft. Sie fühlen sich wohl und wünschen sich, oft an diese Stelle zu kommen.

Ihre Hand greift hinab in dem weißen Sand, berührt ihn, lässt ihn langsam durch die Finger rieseln. Ein wunderbares Gefühl wie Körnchen für Körnchen über

Ihre Hände gleiten, langsam auf den Boden rieseln.

Schauen Sie nach rechts und links, schön ist es hier und ruhig, nur das Rauschen der Brandung, leise und beruhigend.

Es sind beruhigende Bilder, die auf Sie einströmen, alles Negative vergessend.

Bauen Sie die Bilder aus, schaffen Sie neue Eindrücke.

Genießen Sie, was Sie sehen, fühlen, riechen.

Führen Sie diese Übung in nächster Zeit häufiger aus. Sie können neue Bilder schaffen oder zu den alten zurückkehren, wichtig ist nur, dass Sie sich wohl fühlen und Ihre Eindrücke genießen.

Tanken Sie mit dieser Übung neue Lebensfreude, so als würden Sie an die frische Luft gehen und durchatmen. Wenn Sie genug üben, können Sie diese Bilder überall aufrufen.

Sätze die Sie aufbauen

Die 2. Übung können Sie überall nachvollziehen, egal wo Sie sich befinden. Bilden Sie Sätze die in der Gegenwartsform formuliert sind. Sätze, die sich auf ihr Wohlbefinden beziehen, wie zum Beispiel »Ich fühle mich wohl«.

Fangen Sie an, diesen Satz zu spüren, zu erleben. Fühlen Sie, spüren Sie, wie Sie beginnen, sich wohl zu fühlen?

Bilden Sie andere Sätze wie »Ich habe kein Problem« oder »Meine Arbeitslosigkeit ist bald beendet«. Spüren Sie es, wie es sich anfühlt, wieder zu arbeiten, dieses Gefühl der Freude über die Arbeit? Spüren Sie die Zukunft, in der sich dies abspielt?

Sie können andere Sätze bilden, wichtig ist nur, dass Sie diese Sätze erleben, spüren und in die Zukunft schauen, wie angenehm es ist, wenn sich dieser Satz erfüllt.

Nehmen Sie diesen Satz als Standardsatz »Ich freue mich, dass ich arbeite«. Fühlen Sie die Freude über Ihre Arbeit, wie schmeckt sie Ihnen? Zuckersüß? Wie riecht Sie?

Versuchen Sie mit allen Sinnen, Ihre Arbeit zu erfassen.

Auch diese Übung wird Ihre positive Lebenseinstellung verbessern, je öfter Sie sie wiederholen.

Und noch einen anderen, wichtigen Aspekt besitzt sie, sie wird Ihnen helfen, Ihren neuen Arbeitsplatz zu sichern.

Glauben Sie das alles?

Für jemanden, der sich noch nie mit diesem Thema beschäftigte, ist es sehr schwierig, dem vorher Gesagten Glaubwürdigkeit abzuverlangen.

Ich will Ihnen anhand einer einfachen, wissenschaftlichen Untersuchung zeigen, dass Ihr Gehirn zu diesen Dingen fähig ist.

Sie hörten sicher irgendwann schon einmal das Wort Placebo. Es ist ein Scheinmedikament, ohne Wirkung.

Es wirkt aber bei demjenigen, der es einnimmt, wohl deshalb, weil dieser einnehmende Mensch es für wirksam hält, denn es sieht aus und schmeckt wie das Originalmedikament.

Es wurde in vielen Versuchsreihen nachgewiesen, dass Patienten durch die Einnahme von Placebos gleiche Heilungsergebnisse erzielen wie Patienten, denen

wirksame Medikamente verabreicht wurden.

Die Überzeugung und Vorstellung, eine heilende Substanz zu erhalten und das Vertrauen zu Ihrem Arzt, aktivierte in ihnen tatsächlich die heilenden Kräfte und ließ sie genesen.

Umgekehrtes zeigte sich auch in vielen Versuchsreihen. Misstrauen zu Wirksamkeit von Medikamenten verringerte schlagartig die Heilungschance.

Sie sehen, entscheidend für den Erfolg sind Vertrauen und persönliche Überzeugung.

Aber dieser Placeboeffekt zeigt uns noch etwas anderes, die Kräfte, die in uns schlummern, sie sind mächtig und in diesem Fall zur Selbstheilung fähig.

In uns allen schlummern diese Fähigkeiten, die wir benötigen, um mit unseren ungelösten Problemen und Schwierigkeiten fertig zu werden.

Oft brauchen wir Hilfe, aber letzten Endes stecken die Kräfte, die wir zur Lösung einsetzen und die auch zur Lösung führen, in uns selbst. Wir sind allmächtig, haben wir erstmals diese Fähigkeit erkannt und gelernt, sie zu nutzen.

Wenn Sie laufend über die Schlechtigkeit der Welt klagen, über ihr unnützes, wertloses Leben, sich mit Bekannten treffen, die Ihre Ansichten noch unterstützen, sich dadurch die Stimmung und Atmosphäre in Ihrer Umgebung verschlechtert, wird es bald zum Desaster kommen. Herrscht dagegen ein gutes Klima, wird sich das auf Sie und Ihrer Familie und Ihrer Umwelt niederschlagen.

In der Sozialwissenschaft gibt es den Begriff, der sich selbst erfüllenden Prophezeiung. Sie ist eine Vorhersage, deren Inhalt dadurch eintritt, dass sie vorausgesagt wird.

Der Mensch verhält sich schließlich so, dass diese

immer wahrscheinlicher wird.

Wenn Sie also immer und unentwegt daran denken, der Beste zu sein, dann haben Sie die besten Voraussetzungen geschaffen, dieses Ziel zu erreichen.

Tatsachen

Wie schon erwähnt, nehmen Sie Ihr Leben selbst in die Hand, Sie sind nie Opfer irgendwelcher Mächtschafften, sondern entschieden selbst. In Ihre Geschicke können nur Sie eingreifen, kein anderer.

Alles, was Sie um sich herum sehen, ist geschaffene Realität, geschaffen durch Kraft unserer Gedanken. Die Wirklichkeit, die Sie umgibt, schufen Sie selbst, nur Sie.

Das was Sie glauben und sich wünschen, wird durch Sie in eine äußere Realität verwandelt.

Negative Gedanken erzeugen negative Wirkung

Positive Gedanken erzeugen positive Wirkung.

Das was Sie von Ihrem Leben erwarten, bekommen Sie auch.

Das sind Tatsachen, an denen nicht zu rütteln ist. Werden Sie sich dieser bewusst und nutzen Sie diese für Ihr Leben und ihr Wohlergehen

Sie erfuhren in den letzten vier Wochen sehr viel über sich selbst und Ihrer Arbeitslosigkeit. Garantie auf einen Arbeitsplatz kann Ihnen keiner geben, auch nicht

dieser Artikel, das liegt ausschließlich an Ihnen. Aber eines kann ich Ihnen versprechen, wenn Sie fest an Ihre Zukunft glauben, wird sie so eintreffen, wie Sie sie sich vorstellen.

Verlieren Sie niemals den Mut!

In Ihnen können Zukunftsängste und Zweifel aufsteigen. Sie lernten damit umzugehen. Richten Sie Ihre Augen mit Zuversicht auf Ihre Wünsche, auf die Vision einer glücklichen und befreiten Zukunft. Denken Sie an die gigantische Macht, die in Ihnen schlummert, die Sie durch Ihre Gedanken und Vorstellungen aufrütteln können.

Das gibt Ihnen Kraft und Selbstvertrauen. Geben Sie niemals auf! Kämpfen Sie weiter, bis sich auch Ihre Wünsche erfüllen!

