

# Nichts im Griff

## Die radikale Kooperation mit dem Chaos

*[Präsentation ist dunkel geschaltet.]*

Liebe Mitglieder der GPM-Regionalgruppe Frankfurt/Rhein-Main,  
liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des ZDF,  
lieber Herr Waldbauer, lieber Herr Fell-Bosenbeck, lieber Thomas,

als Entschleunigungs-Strategie, TOP-100-Coach und Lotse bei Organisationsveränderungen stehe ich mitten in den Wirbelstürmen der sozialen Beschleunigung unserer Zeit. Diese Wirbelstürme aus ununterbrochenem Sozialen Wandel, krass steigendem Lebenstempo und rasantem Technischen Fortschritt führen uns ins Chaos. Sie zu befähigen, mit diesem Chaos ertragreich zu kooperieren, ist meine Mission. Dabei verstehe ich unter „Chaos“ bereits einen Zustand der eindeutig und unumkehrbar in Richtung Unüberschaubarkeit und Unbeherrschbarkeit tendiert. Und ich wette, bei jedem und jeder von Ihnen in weniger als 1 Stunde 4-Augen-Gespräch mindestens einen Lebens-, Unternehmens- oder Projektbereich zu finden, für den das gilt: Eindeutig und unumkehrbar Richtung Unüberschaubarkeit und Unbeherrschbarkeit tendierend.

*[Folie 1 einblenden.]*

„Nichts im Griff – Die radikale Kooperation mit dem Chaos“: Eines Tages wird das die einzige nachhaltige Handlungsstrategie sein. Und ich kann das herunterbrechen bis auf jede einzelne Projektaufgabe, jedes einzelne Projektmeeting, jede einzelne Projektinteraktion. Doch heute Abend geht es mir inhaltlich darum, Ihnen die großen Linien des Chaos und der Kooperation aufzuzeigen, und emotional darum, Ihr Innenleben zu intensivieren und zu stärken. Dafür sind die angekündigten „seelischen Lockerungsübungen“ da. Hier gleich die erste: Seelische Lockerheit beginnt mit subjektiver innerer Klarheit. Noch einmal: Seelische Lockerheit beginnt mit subjektiver innerer Klarheit. Bitte legen Sie sich nun innerlich fest: Haben Sie subjektiv im letzten Jahr Chaos erlebt? JA oder NEIN? Achtung: Nicht nach meiner oder irgendeiner anderen Definition, sondern nach ihrer subjektiven Bewertung. Haben Sie subjektiv im letzten Jahr Chaos erlebt? JA oder NEIN? Jetzt sollten alle ihr subjektives JA oder NEIN gefunden haben.

Wer ein JA hat, sieht sich nun die erste chaotische Situation, an die er oder sie sich jetzt erinnert, näher an, indem er/sie weitere Erinnerungen in diesem Zusammenhang in sich hervorruft.

Wer ein NEIN hat, trifft bitte eine zweite innere subjektive Festlegung: War es GLÜCK oder war es KÖNNEN, dass Sie kein Chaos erlebt haben? Dabei ist in unserem Zusammenhang „Glück“ der stärkere Begriff: Also sobald auch nur ein Quäntchen „Glück“ dabei war, ist die Antwort GLÜCK. Die Antwort KÖNNEN bedeutet, dass Sie zu 100% überzeugt sind, dass es ihr Handeln war, dass jegliches Chaos verhinderte bzw. bezwang. Also: War es GLÜCK oder war es KÖNNEN, dass Sie kein Chaos erlebt haben?

*[Folie 2 einblenden.]*

Die „Haltung der Kooperation“: Das ist der alles entscheidende Schritt: Die allermeisten Menschen leben heutzutage in einer Haltung, das Chaos beherrschen oder zumindest verhindern zu wollen. Bei Projektleitern gehört das zwischen den Zeilen so gut wie immer zur Stellenbeschreibung. Deshalb an dieser Stelle die nächste seelische Lockerungsübung: Sind Sie innerlich bereit, für die Dauer dieser Veranstaltung die ungewohnte Haltung der Kooperation mit dem Chaos einzunehmen? JA oder NEIN? Sind Sie innerlich bereit, für die Dauer dieser Veranstaltung die ungewohnte Haltung der Kooperation mit dem Chaos einzunehmen? JA oder NEIN?

Wer ein JA hat: Für Sie ist mein Vortrag, und ich freue mich, mit Ihnen weiterzugehen.

Wer ein NEIN hat: Sie werden vermutlich nichts von meinem Vortrag haben. Von mir aus dürfen Sie gerne jetzt oder auch später gehen.

Also: „Haltung der Kooperation“. Das bedeutet, ich brauche das Chaos nicht mehr zu beherrschen oder zu verhindern. Ich muss nichts mehr total im Griff haben. Nichts! Denn ich kooperiere mit dem Chaos und das Chaos mit mir: Ich trage Energien hinein ins Chaos, und das Chaos treibt Energien zu mir hin. Punkt.

Und das ist die Gelegenheit, einmal mutig innezuhalten, in die Mitte des ganzen Chaos zu treten und uns das Ganze in Ruhe anzusehen. In Ruhe, doch nicht entspannt, sondern alle Spannungsbögen haltend. Im Projekt bedeutet es, dass ich alle notwendigen, drängenden und unabdingbaren Projektaufgaben, -meeting, -interaktionen usw. usf. im vollen Bewusstsein halte, während ich innehalte, um mir das Ganze einmal in Ruhe von innen und außen anzusehen.

Im Bild sind die grünen Fäden und Klekse all die Spannungsbögen, die ich halte; und genau, weil ich sie halte, ohne gleich wieder zu handeln, entsteht die Ruhezone in der Mitte, das Auge des Wirbelsturms; sei das mein Projekt oder das Weltgeschehen.

Diese Veranstaltung heute Abend ist so eine Ruhezone, so ein Auge in der Mitte der Wirbelstürme, und nun gucken wir uns das ganze Chaos einmal in Ruhe an: Die vier Kategorien des Chaos und die vier Belohnungen der Kooperation.

*[Folie 3 einblenden.]*

Kategorie des Chaos I: Das sind die lila Fäden und Kleckse, überall und über allem anderen zu finden; in alles eingreifend und alles gefährdend. Im Klartext: Unser aller Erwartungen und Ängste.

Es sind vor allem anderen Erwartungen und Ängste, die die EU in die Krise geführt haben.

Es sind vor allem anderen Erwartungen und Ängste, die Projekte hervorbringen, vorantreiben oder auch verhindern, behindern, bremsen.

Wer im letzten Jahr Chaos erlebt hat, sieht sich nun in seinem/ihrem Inneren an, welche Erwartungen und Ängste dabei sichtbar geworden sind.

Wer kein Chaos erlebt hat, überlegt mal, welche Erwartungen und Ängste ihm/ihr im aktuellen Projekt präsent sind; sowohl eigene also auch fremde.

Wer im letzten Jahr Chaos erlebt hat, sieht sich nun in seinem/ihrem Inneren an, welche Erwartungen und Ängste dabei sichtbar geworden sind.

Wer kein Chaos erlebt hat, überlegt mal, welche Erwartungen und Ängste ihm/ihr im aktuellen Projekt präsent sind; sowohl eigene als auch fremde.

*[Folie 4 einblenden.]*

Kategorie des Chaos II: Das sind die vielen, vielen gelben Kleckse, über das ganze Bild verteilt zu finden, auf der linken Seite dicht an dicht. Im Klartext: Die ständige Unruhe in all unseren Systemen; also in allen Projekten, allen Unternehmen, in jedem Lebensbereich.

Zur EU sage ich nur: Grexit, Brexit, Nexit, Frexit.

Insgesamt bedeutet es, dass Momente der Ruhe seltener geworden sind als die Zeiten der Unruhe. Insgesamt bedeutet es, dass Momente der Ruhe seltener geworden sind, als die Zeiten der Unruhe

Wer im letzten Jahr Chaos erlebt hat, sieht sich nun in seinem/ihrem Inneren an, welche verschiedenen Arten von Unruhe es vor, während und nach dem Chaoshöhepunkt gegeben hat.

Wer kein Chaos erlebt hat, überlegt, welche Unruhe er/sie in seinem/ihren Teilprojekt oder Unternehmensbereich aktuell wahrnehmen kann.

Wer im letzten Jahr Chaos erlebt hat, sieht sich nun in seinem/ihrem Inneren an, welche verschiedenen Arten von Unruhe es vor, während und nach dem Chaoshöhepunkt gegeben hat.

Wer kein Chaos erlebt hat, überlegt, welche Unruhe er/sie in seinem/ihren Teilprojekt oder Unternehmensbereich aktuell wahrnehmen kann.

*[Folie 5 einblenden.]*

Kategorie des Chaos III: Das sind die dicken, dicken blauen Kleckse und Fäden im unteren Bereich des Bildes. Im Klartext: Der Technische Fortschritt.

In Projekten betrifft das sowohl die Techniken des Projektmanagements, als auch die für das Projekt benötigte Technik, als auch die im Projekt verhandelte und behandelte Technik.

In der Welt sind das Industrie 4.0, web 2.0, alle Management-Techniken, Führungs-Techniken, Coaching-Techniken, Lern-Techniken, Team-Techniken, Selbstorganisations-Techniken, Stressbewältigungs-Techniken usw. usf. Auch meine Strategie der Entschleunigung fügt all dem nur eine weitere Technik hinzu und vergrößert damit das Chaos.

Wer im letzten Jahr Chaos erlebt hat, sieht sich nun in seinem/ihrem Inneren an, welche Rolle dabei die verschiedenen Arten der Technik bzw. der Methoden etc. gespielt haben.

Wer kein Chaos erlebt hat, überlegt, welche verschiedenen Technik-Dimensionen er in seinem Arbeitsalltag aktuell wahrnehmen kann.

Wer im letzten Jahr Chaos erlebt hat, sieht sich nun in seinem/ihrem Inneren an, welche Rolle dabei die verschiedenen Arten der Technik bzw. der Methoden etc. gespielt haben.

Wer kein Chaos erlebt hat, überlegt, welche verschiedenen Technik-Dimensionen er in seinem Arbeitsalltag aktuell wahrnehmen kann.

*[Folie 6 einblenden.]*

Kategorien des Chaos IV: Das sind die roten Fäden und Kleckse im oberen Bereich des Bildes. Im Klartext: Die Komplexität des Lebens.

In Projekten die Fülle der Teilprojekte, der Schnittstellen, der Meetings, der Gremien, der Projektbeteiligten und der Projektbetroffenen.

Im Alltagsleben die Fülle der Beziehungen, der Hobbies, der Verträge, der Medien, der Informationen, der Möglichkeiten, der Verhandlungen, der Entscheidungen, der Veranstaltungen, die z.B. mit unserer hier konkurrieren.

Wer im letzten Jahr Chaos erlebt hat, sieht sich in seinem/ihrem Inneren an, wie viele verschiedene Handlungsstränge, die damals durcheinandergerieten, er/sie schon entwirren kann.

Wer kein Chaos erlebt hat, zählt mal wie viele verschiedene Schnittstellen, Meetings, Gremien, Projektbeteiligte und -betroffene er/sie aktuell zu händeln hat.

Wer im letzten Jahr Chaos erlebt hat, sieht sich in seinem/ihrem Inneren an, wie viele verschiedene Handlungsstränge, die damals durcheinandergerieten, er/sie schon entwirren kann.

Wer kein Chaos erlebt hat, zählt mal wie viele verschiedene Schnittstellen, Meetings, Gremien, Projektbeteiligte und -betroffene er/sie aktuell zu händeln – oder auch zu bändigen – hat; je nach Grad der gewünschten Herrschaft über das Chaos.

*[Präsentation dunkel schalten.]*

Wer mag, darf jetzt mal tief Luft holen. Gerne auch zweimal. Ich mag.

*[Roten Textausdruck in die Hand nehmen.]*

Denn jetzt kommt die vollausgearbeitete Entschleunigungs-Strategie: 12 Seiten Text, die ihr gesamtes Projekthandeln auf die Füße stellen werden.

In vier Worten: Umfassender wahrnehmen, angemessener handeln.

In vier Worten: Umfassender wahrnehmen, angemessener handeln.

Mit der Folge: Mit weniger handeln mehr zu bewirken.

Mit der Folge: Mit weniger handeln mehr zu bewirken.

Umfassender Wahrgenommen haben Sie bereits: Entweder ihr Chaos oder ihre Gegenwart. Und nun kommt das angemessener Handeln: Es genau dabei belassen und für heute und diese Woche auf jedes weitere Detail und jede weitere Handlungsänderung verzichten.

Umfassender Wahrgenommen haben Sie bereit: Entweder ihr Chaos oder ihre Gegenwart. Und nun kommt das angemessener Handeln: Es genau dabei belassen und für heute und diese Woche auf jedes weitere Detail und jede weitere Handlungsänderung verzichten.

*[Roten Textausdruck wieder weglegen.]*

Warum? Warum? Weil auch Entschleunigung ihr Leben zunächst beschleunigt! Denn auch Entschleunigung erhöht Ihr Lebenstempo, indem sie Ihrem Leben eine weitere Handlungsdimension hinzufügt!

Später, wenn die vollen Synergien der Entschleunigung anlaufen, ist die Entschleunigungs-Strategie unschlagbar, weil dann auch jedes Handeln und Nicht-Handeln Ihrer Konkurrenten, Gegner, Feinde oder auch nur bremsenden, behindernden oder schlicht unaufmerksamer Kollegen Ihnen zusätzliche Energie gibt.

Doch wie in der Technik ist das Anfahren eines Motors ein heikler Moment. Darum bitte ich Sie dringend nur Schritt für Schritt zu entschleunigen und den nächsten Schritt immer erst zu tun, wenn der vorige Schritt mehr Energie eingebracht hat als der nächste Schritt braucht.

Und deswegen gucken wir uns jetzt gemeinsam an, welche Energien uns der eine bereits getane Schritt – nämlich „In einer Haltung der Kooperation Chaos und Gegenwart umfassender wahrzunehmen“ – welche Energien uns dieser eine Schritt einbringt.

*[Folie 7 einblenden.]*

Lohn der Kooperation I: Aus Niederlagen Kraft schöpfen.

Wenn Sie heute Abend Glück haben, dann war in Ihrem Chaos des vorigen Jahres auch eine eigene Niederlage dabei bzw. zeichnet sich in ihrer Gegenwart eine Niederlage ihrerseits bereits ab.

NIEDERLAGE gehört wie Glück zu den starken Begriffen. Also: Schon wenn Sie mit etwas unzufrieden sind, oder es einfach nicht so lief, wie sie gerne gewollt hätten, nennen sie es bitte eine NIEDERLAGE.

Warum? Das Hilfreiche, Schöne und Kraftgebende daran ist: Sie machen die Angelegenheit damit in ihrer Unvollkommenheit endgültig. Sie geben damit zu, etwas nicht zu schaffen, nicht wie gewünscht hinzukriegen. Und ihr seelischer Griff um diese Sache lockert sich; schließlich lassen sie los und ihnen strömt neue Kraft zu: Sie lernen Niederlagen in ihren Auswirkungen zu unterscheiden. Sie lernen ihren eigenen Anteil oder Nicht-Anteil an ihren Niederlagen zu erkennen. Sie sind frei, ob sie die Sache noch einmal angehen oder so als Niederlage stehen lassen.

Sie sind wie dieser große grüne Klecks: Da mag sich noch so viel gelbe Unruhe auf sie werfen und blaue Technikveränderungen sie streifen und lila Erwartungen und Ängste sie begrenzen. Doch das löscht sie nicht aus; im Gegenteil lässt es sie prägnanter hervortreten als zuvor.

Lohn der Kooperation I: Aus Niederlagen Kraft schöpfen.

*[Folie 8 einblenden.]*

Lohn der Kooperation II: Eigene Erfolge stärker spüren.

Dass in unserer leistungs- und erfolgsorientierten Gesellschaft Niederlagen verdrängt oder verklärt werden und in den Burn-Out führende Erschöpfung nicht wahrgenommen wird, ist klar. Doch zu meinem Erschrecken habe ich feststellen müssen, dass die Beschleunigung aller Prozesse auch dazu führt, dass gerade erfolgreiche Menschen nicht einmal mehr ihre allergrößten Erfolge wahrnehmen können bzw. wollen bzw. sie zwar um ihre Erfolge wissen, doch sie nicht in sich spüren können und ihnen deshalb nicht einmal mehr allergrößte Erfolge zusätzliche Lebensenergie geben können. Doch zu meinem Erschrecken habe ich feststellen müssen, dass die Beschleunigung aller Prozesse auch dazu führt, dass gerade erfolgreiche Menschen nicht einmal mehr ihre allergrößten Erfolge wahrnehmen können bzw. wollen bzw. sie zwar um ihre Erfolge wissen, doch sie nicht in sich spüren können und ihnen deshalb nicht einmal mehr allergrößte Erfolge zusätzliche Lebensenergie geben können.

Auch ERFOLG ist einer der starken Begriffe: Nennen Sie es bitte schon ERFOLG, wenn Sie wie auch immer durch ihr Chaos des vergangenen Jahres hindurchgekommen sind. Und nehmen Sie es als ERFOLG, wenn im kleinsten Teilbereich etwas so läuft, wie sie es sich vorgestellt, wie sie es initiiert haben.

Und freuen Sie sich an diesen ihren persönlichen ERFOLGEN!

Und machen Sie einen Haken dran!

Auch wenn das morgen den Bach runter gehen sollte: Heute ist es ihr Erfolg und das kann Ihnen niemand mehr nehmen. Das bleibt Ihnen, wie diese schönen freien unbeeinträchtigten grünen Fäden und Kleckse, wenn Sie heute einen Haken dranhängen, ihren seelischen Griff lockern, es loslassen und freigeben und morgen das Spiel neu beginnen ...

Und in vielen Fällen gleich den nächsten Erfolg feiern können, weil diese Sache auch den nächsten Tag überlebt und vielleicht sogar vorangekommen ist.

Lohn der Kooperation II: Eigene Erfolge stärker spüren.

*[Folie 9 einblenden.]*

Lohn der Kooperation III: Lockerer leben und handeln.

Es sind die glücklichsten Momente meines Coach-Seins: Wenn ich spüre, wie einem/einer Coachee plötzlich alle Last abfällt, aller Stress verschwindet, der Kampf Niederlagen um jeden Preis zu verhindern und Erfolge um jeden Preis zu sichern und auszubauen aufhört und einfach das eigene, individuell geprägte Alltagsleben mit seinen Nöten und Freuden übrigbleibt, in dem sich locker handeln und weiterleben lässt.

Ich wünsche jeder und jedem von Ihnen, solche Momente mitten IM dicksten Projektstress zu erleben: Alle Last und aller Stress fällt ab, der Kampf Niederlagen um jeden Preis zu verhindern und Erfolge um jeden Preis zu sichern und auszubauen hört auf, und Sie nehmen ihr ganz eigenes, individuell geprägtes Alltagsleben mit seinen Nöten und Freuden wahr, in dem sie locker handeln und weiterleben können.

Und ich wünsche Ihnen, dass Sie solche Momente so bewusst wahrnehmen und in Ihr Langzeitgedächtnis übernehmen können, dass allein die Erinnerung an einen solchen Moment der inneren Ruhe mitten im dicksten Stress ihnen einst im Altersheim ein Lächeln auf die Lippen zu zaubern vermag. Und ich wünsche Ihnen, dass Sie solche Momente so bewusst wahrnehmen und in ihr Langzeitgedächtnis übernehmen können, dass allein die Erinnerung an einen solchen Moment der inneren Ruhe mitten im dicksten Stress ihnen einst im Altersheim ein Lächeln auf die Lippen zu zaubern vermag.

Denn das ist der Tanz mit dem Chaos, in dem selbstverständlich das Chaos führt und wir dennoch frei sind zu eigenen Bewegungen, weshalb hier gleich zwei grüne tanzende Bildausschnitte zu sehen sind.

Lohn der Kooperation III: Lockerer leben und handeln.

*[Folie 10 einblenden.]*

Lohn der Kooperation IV: Neue Gestaltungsmöglichkeiten.

So sehr ich das schon kenne, bin ich doch jedes Mal wieder überrascht, wenn es tatsächlich geschieht: Im Innehaltend-Alle-Spannungsbögen-Halten und Mit-Dem-Chaos-Tanzen ist da ganz plötzlich unwahrscheinlich viel Raum Neues in die Geschichte hineinzubringen.

Im Großen ist für mich dieser Abend so etwas, mit dem ich Neues in die Geschichte einbringe!

Im Kleinen ist es dieses Zeichen hier: Nie zuvor habe ich mein Künstlerzeichen auf einem so großformatigen Bild so klein gezeichnet und so zentral platziert!

Lohn der Kooperation IV: Neue Gestaltungsmöglichkeiten.

*[Präsentation dunkel schalten.]*

Zum Schluss eine letzte seelische Lockerungsübung: Bitte legen Sie sich innerlich fest: Haben Sie nach meinem Vortrag nun mehr Energie als zuvor? JA oder NEIN? Dabei ist NEIN das stärkere Wort: Also auch bei unverändertem Energieniveau oder Unklarheit, ob es nun wirklich mehr Energie geworden ist oder der Überlegung, erst einmal darüber zu schlafen; in allen diesen Fällen ist es ein NEIN! Haben Sie nach meinem Vortrag nun mehr Energie als zuvor? JA oder NEIN?

Wer ein JA hat: Ich habe 3 Bitten an Sie. Ich traue mich das, weil Sie ja definitiv mehr Energie haben als zuvor. Erstens: Nehmen Sie bitte eine meiner Visitenkarten als IHRE Trophäe mit! Wohlgemerkt: Als IHRE Trophäe, denn meine Trophäe ist dieser Abend selbst. Die Erinnerung an diesen Abend wird mir dereinst im Altersheim ein Lächeln auf die Lippen zaubern. Zweitens: Planen Sie bitte ab jetzt in jeder Woche 15 Minuten fest ein, in denen Sie wieder nur wahrnehmen: Chaos und Gegenwart, Niederlagen und Erfolge. Drittens: Sobald Ihnen dieses Innehalten so viel Energieüberschuss beschert hat, dass Sie Lust auf einen nächsten Schritt bekommen, schreiben Sie mir eine E-Mail und fordern diesen Artikel „Strategie der genialen Abkürzung“ bei mir an. Vielen Dank.

Wer ein NEIN hat: Reden wir nicht drum herum: Sie haben soeben eine Niederlage erlitten. Wohlgemerkt: Sie, nicht ich, denn ich bin grundsätzlich der Auffassung, dass Entschleunigung

nicht für jeden die Lösung ist. Ihre Niederlage ist, dass sich dieser Abend für Sie nicht gelohnt hat. Denn da bin ich streng: Entschleunigung lohnt sich für mich nur, wenn sie mir mehr Energie einbringt als sie kostet. Doch können Sie auch aus dieser Niederlage Kraft schöpfen, sofern Sie sich trauen als Konsequenz dieses Abends, Entschleunigung als „ausprobiert und abgehakt“ zu betrachten. Und damit zu beschließen und festzuhalten, dass Sie eine andere Technik brauchen, um gut durch die Wirbelstürme ihrer Projekte und ihres Lebens zu kommen. Vielen Dank.

Norbert Lange