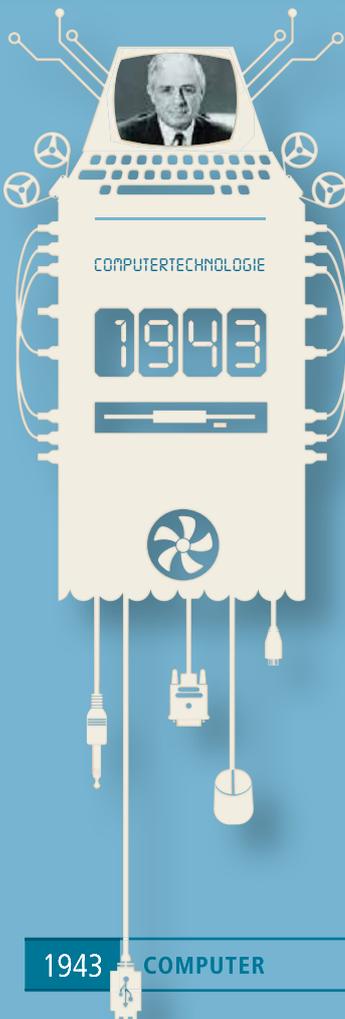




1970 PAPIERLOSES BÜRO

„Das zeitraubende Hin- und Hergeschiebe von Papier wird im Büro der Zukunft durch Informationsverarbeitung mit Computer ersetzt.“

Palo Alto Research Center
Xerox



1943 COMPUTER

„Ich denke, dass es einen Weltmarkt für vielleicht fünf Computer gibt.“

Thomas Watson
CEO von IBM

Kontrolle ist das Stichwort

WIRTSCHAFTSPSYCHOLOGE **DR. LUTZ LYDING** ÜBER VERÄNDERUNG, ZUKUNFTSANGST UND DIE RICHTIGE BALANCE AUS STABILITÄT UND FLEXIBILITÄT

Gibt es einen Unterschied zwischen Zukunfts- und Veränderungsangst?

LYDING: Ja. Zukunftsangst ist eine Persönlichkeitsfrage – die Angst vor Veränderung eher eine Haltungsfrage. Entwicklungspsychologisch gesehen ist Zukunft die große Perspektive, während einen die kleine Veränderung unmittelbar betrifft. Meine Einstellung dieser Veränderung gegenüber wird maßgeblich davon beeinflusst, wie sie sich mir präsentiert oder kommuniziert wird. Ich möchte einbezogen werden, mitreden und den Veränderungsbedarf verstehen. Und Menschen sind Gewohnheitstiere: In der Kantine haben die meisten einen Lieblingsplatz, im Fitnessstudio einen Lieblingsspind ... Das macht eigentlich gar keinen Sinn. Aber wir mögen einen gewissen Rhythmus.

Die Evolutionsbiologie zeigt, dass Veränderung nicht nur gut, sondern sogar überlebenswichtig ist. Wieso fällt sie uns dann doch schwer?

LYDING: Das kann verschiedene Gründe haben. Im Berufsleben geht es meist um Status: Ich habe meinen Platz im Team gefunden, Veränderung kann diese Position gefährden – wenn ein funktionierendes System umgebaut wird, muss ich mir meinen Status neu erarbeiten. Im Privaten hat es mit dem Wertesystem zu tun: In der Kindheit entscheidet sich, was uns im Leben wichtig ist – und wie stark diese Werte in unserer Persönlichkeit verwurzelt sind. Wer sich im Beruf ständig mit anderen Werten auseinandersetzen muss, tut sich mit Veränderung viel leichter als diejenigen, in deren Umfeld die eigenen Werte bestätigt werden

(„Das haben wir schon immer so gemacht!“). Lehrer zum Beispiel kommunizieren selbstverständlich mit ihren Schülern über Facebook, weil Online-Sein ein Wert ist, den sie im Arbeitsalltag nicht übersehen können. Es ist ja nicht so, dass Menschen gar keine Veränderung wollen. Sie brauchen sie sogar. Sie wollen nur selbst entscheiden, welche – und sie soll zu ihren Werten passen.

Erwachsene sollten sich also immer wieder aus ihrer Komfortzone wagen?

LYDING: Ja und nein. Das Wertesystem kann zwar hinderlich sein, wenn es um plötzliche Veränderungen geht. Aber es erdet auch in Krisensituationen. Viele finden zum Beispiel in der Religion Halt. Ziel ist, die richtige Balance aus Stabilität und Flexibilität zu finden. Kontrolle über die Veränderung behalten oder zurückgewinnen ist das Stichwort – auch wenn sie häufig nur eine Illusion ist, weil das Leben eben nur begrenzt kontrollierbar ist.

Dr. Lutz Lyding, Diplom-Psychologe, ist Geschäftsführer von LydingTraining. Sein Institut berät und begleitet Teams, Organisationen und Führungskräfte in Veränderungsprozessen und bei der Reflektion der eigenen Wirkung auf und in Gruppen.



info@lyding-training.de