



Prof. Dr. Constantin May gründete im Jahr 2005 das CETPM und setzt sich für den Erhalt der Wertschöpfung am Standort Deutschland ein.

# Raus aus der toxischen Spirale!

## Wir brauchen mehr aktive Optimisten

Wir hätten allen Grund pessimistisch zu sein. Aber Pessimismus ist ein zersetzendes Gift, das krank macht und unsere Gesellschaft und Wirtschaft nicht weiterbringt. Wir brauchen mehr aktive Optimisten, die Herausforderungen annehmen und die Zukunft positiv gestalten. Doch wie erreichen wir dieses Ziel?

**E**s ist zum Verzweifeln: Die Pandemie nimmt nicht das erhoffte Ende, aber die Spaltung der Gesellschaft schreitet umso schneller voran. Die Rahmenbedingungen, um in Deutschland profitabel Wertschöpfung zu betreiben, verschlechtern sich durch immer mehr fragwürdige politische Entscheidungen: Eine komplett verfehlete Energiepolitik, zunehmende Bürokratisierung und Regulierung sowie das kürzlich weitgehend unbemerkt beschlossene Lieferkettengesetz sind Beispiele dafür, wie unseren Betrieben einseitig Lasten auferlegt werden, welche die internationale Wettbewerbsfähigkeit schwächen und unseren Wohlstand gefährden.

Und so wundert es nicht, dass mir viele Führungskräfte berichten, dass es ihnen zunehmend schwerfällt, optimistisch in die Zukunft zu blicken. Auch im privaten Umfeld scheinen sich Frustration und Pessimismus auszubreiten. Mit Tilo Schwarz, meinem Kollegen vom Campus for Leaders, habe ich diese Beobachtungen diskutiert und dabei (vermutlich) eine Gesetzmäßigkeit entdeckt: Wenn wir die Menschen – natürlich stark vereinfacht – in Optimisten sowie Pessimisten einteilen und dann noch unterscheiden, ob jemand sich aktiv oder passiv verhält, ergibt sich folgende Typologie:

- Typ 1: Aktive Optimisten
- Typ 2: Passive Optimisten
- Typ 3: Passive Pessimisten
- Typ 4: Aktive Pessimisten

Nach unserer Wahrnehmung entsteht anscheinend ein natürlicher Sog, quasi eine toxische Spirale, von Typ 1, über 2 und 3 hin zu Typ 4. Haben Sie bei sich oder Ihrem Umfeld auch so eine Entwicklung beobachten können? Dieser Entwicklung zu widerstehen, fällt vielen Menschen derzeit offensichtlich besonders schwer. Aber gerade jetzt brauchen wir mehr aktive Optimisten! Sie erzeugen Aufbruchsstimmung, fördern Innovationen sowie die kulturelle und intellektuelle Weiterentwicklung. Aber das ist nicht alles! „Optimisten leben länger“, formulierten kürzlich Harvard-Forscher mit ihren Kollegen von der Boston University. In einer Studie fanden sie heraus, dass Optimismus unsere Chancen, älter als 85 zu werden, um mehr als 50 Prozent erhöht! Optimisten leben nicht nur länger, sie sind auch seltener krank. Und sie treffen laut der Studie nicht nur bessere Lebensentscheidungen, sondern können auch besser mit Stress umgehen.

Damit kristallisiert sich nun eine zentrale Frage heraus: Wie bekommen wir mehr aktive Opti-

misten, die dann sogar Typ 2, 3 und 4 mit sich ziehen? Das ist sicher nicht so einfach, wie eine Kaffeemaschine einzuschalten. Aber es ist erlernbar. Und beim Lernen helfen Coaches bzw. Führungskräfte. Und wenn diese die Verbesserungs- und Coaching-KATA beherrschen, können sie die Optimismus-Entwicklung massiv unterstützen, indem sie die Ausrichtung auf eine gemeinsame Vision sicherstellen, die Fähigkeit Neuland zu erschließen fördern und Freiraum für eigene Entscheidungen geben. Also:

1. Richtung oder Herausforderung verstehen
2. Ist-Zustand erfassen
3. Nächsten Zielzustand definieren
4. In Richtung Zielzustand experimentieren

Es ist wahrscheinlich, dass die Dinge besser werden, wenn wir aktiv daran arbeiten. Konzentrieren wir uns also auf die Dinge, die wir beeinflussen können und packen wir es an! Sollten Sie bald Nebenwirkungen der Entwicklung zu Typ 1 feststellen, wie z. B. erhöhten Tatendrang oder Lebensfreude, melden Sie dies bitte nicht Ihrem Arzt oder Apotheker, sondern mir. Ich freue mich auf Ihre Zuschriften! ■

### Der Autor

Prof. Dr. Constantin May, Herausgeber YOKOTEN  
constantin.may@cetpm.com