

Haben  
Sie mal  
1 Minute?

Verhaltenstrainer  
Elmar Egold



## Das haben wir schon immer so gemacht

Killerphrase wird eine solche Aussage genannt. Oder Totschlagargument. Ausgesprochen von Schnarchnasen, die ihre Zeit bis zur Rente möglichst schadlos absitzen wollen und so allen Fortschritt blockieren. So will es zumindest das Klischee, das allzu gerne bedient wird. Also dann lieber jung, dynamisch, erfolgreich, auf jede neue Idee springen und das bewährte Alte über Bord werfen? Auch nicht der wahre Jakob. Wie immer liegt die Wahrheit in der Mitte - und das nicht nur im Berufsleben. Auch im privaten Alltag kleben wir oft wie zäher Leim an Gewohntem und stehen uns damit selbst im Weg. Was könnten wir alles erleben, wenn wir uns bloß ein bisschen mehr trauen würden! Bevor wir jetzt alle Konservativen und Zögerer ungespitzt in den Boden rammen, naht kompetente Hilfe von den Hirnforschern. Sie haben herausgefunden, warum der Homo sapiens gern Neues ablehnt und lieber den alten Stiefel weitermacht: Dopamin heißt der Zaubersaft, ein Neurotransmitter, der vom Belohnungssystem im Gehirn ausgeschüttet wird. Und zwar zuerst dann, wenn Altbekanntes wahrgenommen wird. Beim zweiten Nachdenken kann sich das Neue schon etwas vertrauter anfühlen. Immerhin, das erste Dopamin ist im Anmarsch und der Antrieb, sich auf etwas Ungewohntes einzulassen, wird umso stärker, je mehr man sich mit dem neuen Gedanken befasst. Es lohnt sich also, offen für Neues zu sein.

Elmar Egold • Verhaltenstrainer • [www.egold-konzept.de](http://www.egold-konzept.de)  
Institut • Gewerbestraße 26 • 63619 Bad Orb • Tel.: 06052-801880