

Attitüde – Die innere Haltung macht den Unterschied

Attitüde. Woran denken Sie, wenn Sie dieses Wort lesen? Vor einigen Jahren kam ich während eines Roadtrips durch die USA auch im Bundesstaat New Jersey vorbei. Schnell stellte ich dabei fest, dass jeder Zweite dort über Attitude sprach. Ich erinnere mich daran, wie einer meiner Gesprächspartner nach dem dritten gemeinsamen Bier folgenden Satz zu mir sagte: "Let's get one thing clear: In Jersey, we don't have *an* Attitude. We have Attitude!" Wer die TV-Serie "Die Sopranos" kennt, der weiß, wovon ich spreche. Kein Wunder also, dass New Jersey sich auch als "Attitude Capital of the World" bezeichnet. Und wie es mit dem Fokus so ist, seit dieser Unterhaltung begegnete mir der Begriff Attitude so gut wie überall und ich widmete mich dem Studium dieser faszinierenden Form der inneren Haltung.

Mit welcher Attitüde gehen Sie durchs Leben?

Als ich mit der Recherche für mein Buch "Attitüde - Erfolg durch die richtige innere Haltung" begann, war ich jedoch sehr erstaunt. Obwohl der Begriff vor allem in den USA sehr geläufig ist, bekam ich hier in Deutschland mehr als einmal folgende Reaktion: "Ach, Attitüde, das kenne ich von dem einen Typen aus der Jury von Germanys Next Topmodel!" Dabei hat jeder Mensch eine Attitüde, mit der er durchs Leben geht. Ja, auch Sie, lieber Leser. Und Ihre Attitüde bestimmt Ihre Ergebnisse im Job, die Qualität Ihrer Beziehungen, Ihre Gesundheit und ihre generelle Zufriedenheit im Leben. Die Frage ist also weniger, ob Sie eine Attitüde haben, sondern ob Sie Ihnen bewusst ist.

Aber was ist Attitüde denn nun genau?

Viele Menschen verstehen darunter "nur" die innere Einstellung. Aber das würde dem Wesen der Attitüde nicht gerecht werden, die tatsächlich so viel mehr ist. Ich definiere Attitüde als die besondere Kombination aus innerer Haltung, unseren Werten und Überzeugungen, sowie sieben Erfolgsschlüsseln, auf die ich in meinem Buch sehr detailliert eingehe.

Attitüde prägt unsere Handlungen und Gewohnheiten. Und die Ergebnisse der Handlungen verstärken im Gegenzug auch wieder unsere Attitüde. Konsequenter angewendet, entwickelt sich die

richtige innere Haltung zu einer sich selbst verstärkenden Erfolgsspirale. Diese ganz besondere Form von Attitüde bezeichne ich als A+.

Aber was ist damit gemeint? Eine A+ Attitüde versetzt Sie in die Lage, sowohl kongruent (verbal und nonverbal im Einklang) als auch authentisch (in Übereinstimmung mit Ihren Überzeugungen und Werten) zu kommunizieren. Dies führt zu einer dramatisch höheren Qualität von Entscheidungen, und damit zu besseren Ergebnissen. Diese drücken sich dann wiederum in Ihrer ganz persönlichen Lebensqualität aus. Sie sind innen glücklich und außen erfolgreich.

Wie sieht Ihre ganz persönliche Attitüde aus?

A+ Attitüde ist die Art und Weise, wie Sie mit dem Leben und seinen vielfältigen Herausforderungen umgehen. Und das nicht nur einmalig, sondern jeden Tag aufs Neue. Vom Brötchen kaufen beim Bäcker bis hin zum Millionen-Deal in der Firma. Es ist die Art und Weise, wie Sie denken, reden, morgens aufstehen und abends zu Bett gehen. Wie Sie mit Ihren Kindern spielen und mit Ihren Kunden umgehen. Wie Sie reagieren, wenn alles glatt läuft, und wie Sie es machen, wenn der Wind des Lebens Ihnen direkt und scharf ins Gesicht bläst.

Es gibt übrigens sehr eindeutige Merkmale, an denen Sie erkennen können, wie es um Ihre innere Haltung bestellt ist. Lesen Sie sich doch bitte folgende Statements einmal genau durch und machen den Attitüde-Test:

Die Top 10 Merkmale einer negativen Attitüde

1. Sie machen die äußeren Umstände für Ihre eigene Situation verantwortlich.
2. Sie suchen die Schuld für die eigenen Ergebnisse bei anderen Menschen.
3. Sie benutzen regelmäßig folgende Sätze: "Kenne ich schon", "Weiß ich alles" und "Das klappt nie".
4. Wenn Sie eine Chance sehen, denken Sie automatisch: "Das kann ich nicht", "Das darf ich nicht" oder "Wo kämen wir denn dahin".
5. Sie haben Angst vor Veränderungen.
6. Sie haben das Gefühl, in Zwängen und Notwendigkeiten gefangen zu sein.
7. Sie werten und beurteilen schnell.

8. Sie machen sich viele Sorgen und neigen zum Grübeln und Zweifeln.
9. Sie begegnen neuen Ideen, Konzepten und Vorschlägen ablehnend.
10. Sie geben schnell auf, wenn Sie mit Schwierigkeiten konfrontiert werden.

Die Top 10 Merkmale einer A+ Attitüde

1. Sie sind offen gegenüber neuen Ideen, Konzepten und Vorschlägen
2. Sie denken positiv und glauben fest daran, dass genug für alle da ist.
3. Sie sind bereit, lebenslang zu lernen und zu wachsen.
4. Sie umarmen Veränderungen und betrachten diese als Geschenk des Lebens.
5. Auch in schwierigen Situationen suchen Sie immer nach Lösungen.
6. Sie benutzen regelmäßig folgende Sätze: "Das klingt spannend", "Wie könnte ich dieses Ziel erreichen?" und "Was kann ich daraus lernen?"
7. Sie glauben an sich selbst und daran, dass Sie jeden Erfolg dieser Welt verdient haben.
8. Sie haben die Bereitschaft, hart und diszipliniert zu arbeiten.
9. Sie richten Ihren Fokus auf Chancen und Möglichkeiten.
10. Sie sind neugierig und offen ("Was würde passieren, wenn ich ...").

Wenn Sie die Statements für sich beantwortet haben, dann wird schnell deutlich, mit welcher Attitüde Sie durchs Leben gehen. Aber von welcher Ausgangsposition Sie auch starten, es ist niemals zu spät, sich eine A+ Attitüde anzueignen und die Qualität Ihrer einzelnen Lebensbereiche zu erhöhen.

Erfolgreiche Menschen wissen es schon lange: Attitüde ist nichts Nebensächliches, sondern alles. Wählen Sie Ihre innere Haltung also mit großer Sorgfalt, denn Sie beeinflusst Ihre Ergebnisse im Business und im Leben. Und wer weiß, wenn Sie das nächste Mal nach New Jersey kommen, laden die Einheimischen Sie vielleicht sogar auf ein Bier ein, weil Sie von Ihrer Attitüde so begeistert sind.

In diesem Sinne, leben Sie mit A+ Attitüde!

Ihr Ilja Grzeskowitz