

„Ängste sind die größte Blockade“

INTERVIEW Thomas Baschab ist Mentalcoach. Im Erfolgsforum Franken verdeutlicht er, wie Erfolg durch die mentale Verfassung bestimmt wird.

Bamberg - Mentalcoach und Managementtrainer Thomas Baschab spricht im Interview mit unserer Zeitung über seinen Vortrag „Erfolg beginnt im Kopf“.

Herr Baschab, wie kann man Ziele erreichen, die unerreichbar scheinen?

Thomas Baschab: Erfolg und Misserfolg werden heute mehr denn je von der mentalen Verfassung bestimmt. Natürlich kann man nicht alles im Leben erreichen. Häufig sind aber innere Begrenzungen der Grund, warum manche Menschen erfolgreicher sind als andere. Es entscheidet sich wirklich Vieles im Kopf. In meinen Seminaren lernen die Teilnehmer den mentalen Mechanismus verstehen, der für den Aufbau innerer Begrenzungen verantwortlich ist. Man muss aber auch die Bereitschaft haben sich weiterzuentwickeln.

In Ihrem Buch sprechen Sie hohe philosophische Fragen an. Worauf stützen Sie Ihre Aussagen?

Meine Universität war das Leben. Ich bin im Laufe der Zeit viele Wege gegangen, auch schlechte. Daraus habe ich gelernt. Außerdem bin ich ein Beobachter. Ich beobachte, warum ein System besser funktioniert als ein anderes. Das Buch und meine Seminare sind also das Ergebnis von zwanzig Jahren Berufs- und Lebenserfahrung. In erster Linie handelt es sich nicht um neue Erkenntnisse. Ich habe aus allem vorhandenen Wissen das Wichtigste herausgezogen und in eine gute und schlüssige Form gebracht.

Kann man allein mit Hilfe des Buches erfolgreich werden oder ist es eher eine erste Anregung?



Thomas Baschab

ist der Erlebnischarakter noch viel höher. Mein Buch gibt aber wichtige Impulse, die dabei helfen, Dinge besser zu machen.

Was raten Sie Menschen, die zu stark eingebunden sind, um ihre Wunschvorstellung vom Leben umzusetzen?

Wir sind alle von Dingen abhängig. Letztlich haben wir aber immer die Wahl. Es ist nur die Frage, wer bereit ist, welchen Preis zu zahlen. Wir müssen aber auch erkennen, dass wir die Wahl haben. Das ist wiederum mit ungeheuren Ängsten verbunden. Es geht nicht darum, alle Ängste loszuwerden, sondern den Umgang mit ihnen zu lernen. Denn: Ängste sind die größte Blockade in unserem Leben.

Ihre Tipps klingen in der Theorie plausibel. Doch wie gelingt der Transfer in die Praxis?

Die Leute finden sich ständig in dem, was ich erzähle. Das Erfahrene kann man direkt am nächsten Tag in die berufliche oder private Praxis umsetzen. Das ist die Besonderheit an den Seminaren. Es handelt sich aber nicht um Tipps, die ich den Menschen gebe. Sie bekommen von mir ein System, anhand dessen sie ihr Leben beeinflussen können. Wichtig ist für mich, dass das System einfach ist und mit einfa-

chen Mechanismen arbeitet. Ich verstehe das Buch als erste Anregung. Ein Buch kann immer nur eine Sammlung von Ideen sein und ist nicht auf eine bestimmte Person zugeschnitten. Bei den Seminaren

arbeiten.

Sie betreuen Spitzensportler und Top-Unternehmen. Inwiefern können auch „Normalbürger“ von Ihren Methoden profitieren? Ob Beruf, Sport oder Privatleben – die Mechanismen, warum der eine mehr Erfolg hat als der andere, sind stets dieselben. Auch bei meiner Arbeit mit Unternehmen handelt es sich ja immer um eine Gruppe von Einzelpersonen. Erfolg zu haben, bedeutet in letzter Konsequenz Lebensqualität – das betrifft alle gleichermaßen.

Was können Interessierte von Ihrem Vortrag beim Erfolgsforum Franken erwarten?

Es wird keinen rein theoretischen Vortrag geben. Die Teilnehmer erleben etwas statt nur zuzuhören. Überraschungen und Aha-Effekte sind Teil des Programmes. Der Vortrag gibt eine Menge Impulse und jedem Teilnehmer die Chance sich zu verändern – lassen Sie sich überraschen!

Das Interview führte Lucas Laux.

E Erfolgsforum

Termine Die Vorträge finden immer dienstags ab 19.30 Uhr in der Business Lounge der Jako Arena, Forchheimer Straße 15 in Bamberg, statt. Den Anfang macht Thomas Baschab am 22. September.

Kontakt Informationen zur Vortragsreihe gibt es unter der Telefonnummer 0700/ 83 26 78 33 oder auf www.infranken.de.

Verlosung Wir verlosen zwei Freikarten und fünf Bücher von Thomas Baschab auf www.infranken.de.