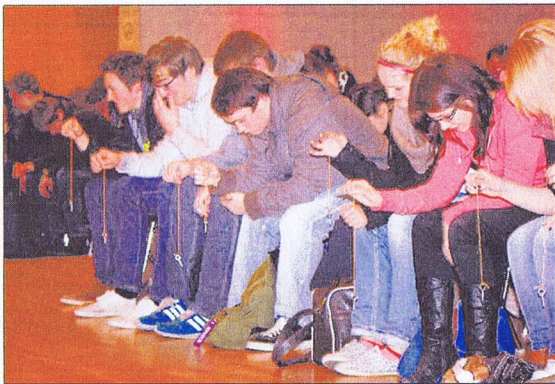




Thomas Baschab erklärt mit einfachen Beispielen und Tricks, wie jeder Erfolg haben kann.



Fasziniert probieren mehr als 500 Schüler in | Experiment aus und lernen gleichzeitig fürs  
der Residenz-Stadthalle Höxter ein Pendel- | Leben. Fotos: Nelll Freiman

## Hat Dich die Motivation gepackt?



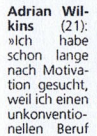
**Louisa Briesemeister** (18): »Ich finde das Programm sehr interessant, da ich mich auch privat darüber informiere. Außerdem macht es Spaß zuzuhören, weil Thomas Baschab die Beispiele witzig erzählt.«

### Nils Peter

(19): »Ich habe vorher schon so gedacht und fühle mich jetzt bestätigt. Die einfachen Beispiele machen Lust, selbst auf der Bühne aktiv zu werden.«



**Anna Behne** (19): »Das Seminar ist einfach superinteressant und lustig, weil man sich selbst in vielen Aspekten wiedererkennen. Trotzdem habe ich das Gefühl, das ich viel für mein weiteres Leben lerne.«



**Adrian Wilkins** (21): »Ich habe schon lange nach Motivation gesucht, weil ich einen unkonventionellen Beruf einschlagen will. Diese Tipps haben mir die Augen geöffnet und bleiben auf jeden Fall hängen.«

# Erfolg beginnt im Kopf

Motivationsspezialist Thomas Baschab bringt Oberstufenschüler zum Nachdenken

von Nelll Freiman

Höxter/Brakel (WB). »Durch positive Wahrnehmung und Vertrauen in das Unterbewusstsein kann jeder Erfolg haben.« Diese Botschaft hat Thomas Baschab mehr als 500 Schülern vermittelt.

Die sechs teilnehmenden Schulen aus dem Kreisgebiet sind Kooperationsschulen der Sparkasse Höxter. Gestern haben sie zahlreiche Schüler zu einem besonderen Seminar geschickt. Ein hochkarätiger Motivationstrainer sollte ihnen Techniken und Methoden zeigen, mit denen sie Einfluss auf ihre Leistungsfähigkeit nehmen können. Heute kommen Brakeler Schüler in diesen Genuss.

Was kompliziert klingt, war letztlich einfach. So ließ Baschab 50 Schüler im Vorbeigehen einen Tischtennisball von einer Flasche schnipsen. Das sollte ihnen zeigen, was viele Menschen hindert, erfolgreich zu sein. Denn diese einfache Aufgabe konnten die meisten nicht lösen. Sie verfehlten den Ball. Drei wesentliche Aspekte können dafür stehen, machte ihnen Baschab klar: Angst, Wahrnehmung und die mentale Einstellung. »Von diesen drei Dingen hängt ab, was wir erreichen und zwar im ganzen Leben und nicht nur in dem Spiele, erklärte er.

Am wichtigsten für den Erfolg ist die positive Wahrnehmung. Auch dazu hatte der Motivationsspezia-

list einen Test parat. Auf einen Zettel schrieb er vier Rechenaufgaben. Drei Ergebnisse waren richtig, eins war falsch. »Was seht ihr?«, fragte Baschab das Publikum. »Ein Ergebnis ist falsch«, rief die Menge. Dass drei Ergebnisse richtig waren, hatte niemand wahrgenommen. Genau das ist das Problem, meinte der so genannte Mentalcoach. »Die Menschen haben eine negative Wahrnehmung. Es wurde uns anerzogen zu sehen.«

Thomas Baschab  
Motivationstrainer

Spätestens ein weiteres einfaches Beispiel brachte schließlich auch den Letzten zum Grübeln: »Obwohl es den Deutschen verhältnismäßig gut geht, bezeichnen sich nur zehn Prozent als glücklich,« sagte Baschab. Laut einer Studie sind sogar behinderte Menschen glücklicher als gesunde. Für Baschab ist das leicht zu erklären: »Behinderte Menschen sind nur glücklicher, weil sie das Gute deutlicher sehen.«

Und wie kann nun das Unterbewusstsein auf Erfolg trainiert werden? Baschab ließ die Schüler basteln: Am Ende hielt jeder ein Pendel in der Hand und ließ es ganz ruhig hängen. Mental sollten sich die Schüler vorstellen, wie es schwingt. Und tatsächlich: Es schwang. Übertragen auf die berufliche Zukunft heißt das: Jeder kann seine Ziele erreichen, wenn er sie kennt und im Unterbewusstsein speichert. »Dabei erledigt das Unterbewusstsein für uns die Arbeit. Wir müssen das Ziel nur positiv formulieren und immer wieder daran denken.«