

Die Formel für Veränderung

Es gibt zwei Formeln, mit deren Hilfe sich die Erfolgchancen einer Veränderungsaktion berechnen lassen.

$$\mathbf{CH = U \times S \times H}$$
$$\mathbf{CH > W}$$

Hierbei gelten folgende Abkürzungen:

CH = Veränderung (Change)

U = Unzufriedenheit mit der gegenwärtigen Situation

S = Sehnsucht nach einer möglichst konkreten zukünftigen Situation

H = Handlungsbereitschaft und Handlungsfähigkeit

W = Widerstand innen und außen

Wenn jemand mit der derzeitigen Situation zufrieden ist, geht der Wert für U gegen Null. Warum sollte man etwas ändern, wenn man zufrieden ist? Erst mit steigender Unzufriedenheit sind wir Menschen bereit und willens, etwas zu verändern.

Wenn das Ziel unklar ist oder nicht wirklich erstrebenswert erscheint wird es schwer sein, jemanden dafür zu gewinnen. Wenn es hingegen ein wirklich lohnendes Ziel gibt, das auch noch erreichbar scheint, sind wir zu aktivem Herangehen an Veränderungen bereit.

Ohne Handlungsbereitschaft und Handlungsfähigkeit wird sich ebenfalls nichts ändern. Wir werden eher lautes und nachhaltiges Jammern über die Widrigkeiten der Welt ernten. Erst wenn wir uns unserer Handlungsmöglichkeiten bewusst sind, sind wir auch bereit zu handeln.

Zur Feststellung der Chancen für gewünschte Veränderungen werden diese drei Werte mit einander multipliziert. Wenn nur einer der drei Werte Null ist, ist das Ergebnis dieser Multiplikation ebenfalls Null. Dann gibt es keine Chance für Veränderung. Wenn das Produkt produktiv ist muss es noch einer zweiten Bedingung genügen: Es muss größer sein als der Wert für die Widerstände W.

Die Formel für Veränderung

Wie jedes Objekt in der Physik hat auch jedes Wesen in der Psychologie ein hohes Maß an Beharrungsenergie, das auch als Trägheit bezeichnet wird.

Es bedarf zusätzlicher Energie, stabile Systeme in Bewegung zu setzen. Im psychischen Sinne hat das „Bekannte“ und „Gewohnte“ hohe Stabilität, während das „Unbekannte“ und „Neue“ immer auch mit Risiko und Ungewissheit behaftet ist. Zusätzlich hat auch unsere Umwelt eine Tendenz gegen Veränderung und Erneuerung. In diese Richtung wirkt auch unsere Neigung, das Bisherige zu verteidigen. Jeglicher Wunsch nach Veränderung könnte als Kritik am bisherigen Tun interpretiert werden.

Besonders schwierig sind Veränderungen innerhalb von Organisationen. Initiatoren von Veränderungen werden als Umstürzler, Revolutionäre, ja Frevler und Ketzer abgestempelt, und das nicht nur im kirchlichen Kontext.

Nur wenigen Menschen ist bewusst, dass Veränderung der immanente Prozess des Lebens ist: ohne Veränderung gibt es kein Leben!

Wenn Sie im Urlaub einmal Langeweile haben sollten (oder sonst wo 😊) könnten Sie ja eine Liste aller Veränderungen machen, die Sie schon gemeistert haben.