

„Gewonnen wird im Kopf“

Interview mit Dirk Schmidt, erster Referent SZ-Experten Forums

Dirk Schmidt ist seit 2003 als Motivationstrainer, Mental-Coach sowie Redner tätig und schreibt als Autor zum Thema Motivation und Verkauf. Nach seiner Karriere als Autoverkäufer, Verkaufsleiter und Unternehmer im eigenen Autohaus weist ihm seine Begeisterung für Menschen einen anderen Weg: Andere fördern, motivieren, zur Entwicklung antreiben - das wurde für den passionierten Marathonläufer zur Berufung. Der gebürtige Saarländer, Jahrgang 1966, lebt heute in Düsseldorf und ist der erste Referent des neuen SZ-Experten Forums. Über seine Arbeit sprach er mit SZ-Mitarbeiter Kai Hunsicker.



Motivationstrainer Dirk Schmidt.

FOTO: DREIHUNDETBILDER.COM

Herr Schmidt, Sie sind jetzt seit fast 15 Jahren als Motivationstrainer und Coach tätig. Mit welchen Menschen kommen Sie dabei in erster Linie in Kontakt?

Schmidt: Das kommt immer auf die Situation an. Ich arbeite z.B. viel mit Leistungssportlern zusammen, halte aber auch regelmäßig in der freien Wirtschaft Vorträge oder auf Kreuzfahrtschiffen für die Reisenden. Zunehmend komme ich bei Leserforen in Kontakt mit Gästen und Abonnenten, so wie das jetzt auch hier beim SZ-Experten Forum der Fall ist. Im Grunde genommen treffe ich auf all die Menschen, die für sich ein Thema mitbringen, bei dem es etwas „hakt“. Die in Veränderungsprozessen leben und dabei sinnvoll begleitet werden wollen.

Ein recht breiter Rahmen also. Ist das für so viele Menschen denn Thema, die Veränderung?

Schmidt: Das muss man genau so sagen, im Guten wie im Schlechten. Ich muss bei meinen Vorträgen und Seminaren immer schauen, wer da vor mir sitzt. Meine Rede und die Inhalte, die ich in Übungen an die Menschen herantrage, bedient dabei ganz kardinal die Eigenmotivation der Menschen. Wer die Dinge aus seiner inneren Mitte heraus ansteuert und sozusagen den Bogen zu seinem eigenen Antrieb gespannt hat, erreicht ganz viel. Oft sogar mehr, als man sich erhofft hat. Die Spanne des Tuns läuft dann über das ungute „ich muss“ über das „ich kann“ bis zum entfaltenden „ich will“. Das Wollen aus einem selbst heraus ist ein wichtiger Faktor bei allem, was wir im Alltag gestalten möchten. Für viele meiner Kunden und Seminarteilnehmer ist das ein herausfordernder Weg, den nicht jeder sofort umzusetzen weiß. Die inneren Hürden sind zu groß.

Sie sprechen jetzt die Aspekte an, die unser Verhalten ungünstig beeinflussen. Was raten Sie Lesern, die gerade mit etwas, das ihnen wichtig ist, nicht voran kommen?

Schmidt: Nun, manchmal ist es normal, dass nicht immer alles so

läuft, wie man es geplant hat. Das erlebe auch ich zuweilen. Pauschal kann man zunächst sagen: Was nicht jedem sofort leicht von der Hand geht, ist, mit einer von Innen her gelebten Offenheit an die Außenwelt heran zu treten. Wenn etwas nicht läuft, tut man gut daran, sich nicht länger daran aufzuhalten. Gerade Menschen, die gerne Jamern, gehen dabei in eine unschöne Anhaftung mit diesen „nicht funk-

Dinge mit sich herum zu schleppen. Aber egal, wie man agiert, die innere Freiheit ist wichtig.

Wenn Sie das sagen, klingt das ganz leicht und souverän. Was macht es vielen Menschen denn leider schwer, genau diese Freiheit an den Tag zu legen?

Schmidt: Viele Menschen scheuen den ehrlichen und offenen Umgang mit sich, das ist ein großes Hemmnis. Wie ich an mir selbst erlebt habe, lernt man vor allem an den unschönen Erfahrungen und am „Scheitern“ am meisten. Aber dazu muss man sich erst mal trauen: Ängste zulassen, dann bewusst nach ihren Gründen forschen. Dort, wo unsere Ängste sind, befinden sich auch immer große Potenziale. Wir müssen diese Ängste angehen, dann können sich wunderbare Dinge in unserem Leben entwickeln. Was wir alle brauchen, ist Mut. Mut und Offenheit zu den eigenen Antrieben, denen man für sich selbst sichtbar nachspürt und sie antastet. Man berührt sich dadurch in einem ganz wesentlichen Sinne. Dies wiederum gibt Kraft und Sicherheit, dies in der Kommunikation und im Zusammensein mit anderen konkret zu leben. Wir Menschen brauchen diese Impulse, und wir brauchen, dass wir uns wirklich bewegen. Dies erfahre ich jeden Tag.

» Mehr über Dirk Schmidt: www.dirkschmidt.com

SZ-EXPERTEN forum

tionierenden“ Bestandteilen des Alltags. Das ist dann der Tisch, den man nicht bekommen hat, das Brot beim Bäcker, das leider trotz Bestellung nicht da ist oder das gewünschte Urlaubsziel, für das es gerade keinen Flug mehr gibt. Im übrigen eine sehr deutsche Haltung, das Lamentieren und damit das sich Festhalten an einer Sache, die als Ereignis schon entschieden ist. Der innere, seelische Schwerpunkt hängt dabei noch an dieser Sache selbst fest. Dabei ist jetzt etwas anders gefragt: sich orientieren, die Gegebenheiten prüfen, einen neuen Weg finden. Oder eben das Ganze an sich zu verwerfen und eben komplett neu zu schauen. Offenheit meint hier auch, darüber zu sprechen, sich ungezwungen Rat suchen zu können, statt diese

AUF EINEN BLICK

Die Referenten:

Dienstag, 8. September: Dirk Schmidt: „Wege zum persönlichen Erfolg: Gewonnen wird im Kopf.“

Dienstag, 22. September: Christian Bremer: „Nie wieder ärgern! Gelassenheit beginnt im Kopf!“

Dienstag, 13. Oktober: Helgo Bretschneider: „25 Tipps, wie Sie die tägliche Datenflut in den Griff bekommen.“

Dienstag, 24. November: Uwe Pettenberg: „Warum die einen glücklich sind und die anderen immer noch suchen.“

Veranstaltungsort: SZ-Forum, Eisenbahnstraße 33, 66117 Saarbrücken, Einlass: ab 18.30 Uhr, Beginn 19 Uhr, Ende ca. 20.30 Uhr.

Regulärer Ticketer-Preis je Termin: 40 Euro, SZ-Card-Inhaber: 35 Euro, Preise inklusive Getränke.

Ticket-Bestellung: Ticket-Hotline (06 81) 5 02 55 22, Montag bis Freitag 8 bis 18 Uhr, Samstag 8 bis 13 Uhr oder direkt im SZ-Presseszentrum.

Im Internet: www.saarbruecker-zeitung.de/expertenforum