

Hypothese Nr. 6:

„Die Definition von Wahnsinn ist: immer wieder das Gleiche zu tun und andere Ergebnisse zu erwarten.“

Wenn Du diese Hypothese widerlegen möchtest, musst Du Dich mit einer richtigen Koryphäe messen - und zwar mit Albert Einstein. Von ihm stammt dieses Zitat und es hat was.

Kennst du das:

- zehn mal auf die Tastatur zu hauen und der Computer macht nicht das, was man erwartet. Dann haut man noch weitere zehn mal drauf – vielleicht waren die vorige Versuche nicht kräftig genug...?
- Man kann die Matheaufgabe bei der Prüfung nicht berechnen, obwohl man sich daheim die Musterlösungen angeschaut hat...
- Die persönliche Stimmung im Lockdown verbessert sich immer noch nicht, obwohl man sich lange genug damit beschäftigt hat, wie alles schlecht ist.

Das Ende vom Lied ist nur unser Frust und das Selbstwertgefühl ist im Kellerbereich, da man die Sache nicht gebacken kriegt.

Die Empfehlung ist folgende: **„Rauf auf die Tribüne“**.

Die Methode ist ganz einfach: stell dir vor, dass du in einem Fußballstadion bist. Dabei schaust du dir selbst bei dem Problem zu, dass dich beschäftigt. Jedoch nicht unten auf dem Spielfeld, sondern von oben auf der Tribüne.

- Wer spielt alles mit? (*...vielleicht geht es meinen Mitschülern gleich? Wer hat das Problem besser im Griff? Was ist ihr/sein Erfolgsrezept?*)
- Was habe ich alles schon ausprobiert? (*...eigentlich nur „von dem Selben mehr“? ...habe ich mich dafür ernsthaft ins Zeug gelegt?*)
- Was habe ich noch nicht ausprobiert? (*...könnte ich einer Lerngruppe beitreten? ...könnte ich den Lehrer bitten mir die Sache noch mal zu erklären? ...könnte ich bei der Vorbereitung auf die Matheprüfung statt nur drüberzuschauen tatsächlich üben?*)
- Wie würde mein persönliches Vorbild oder mein Fernseh idol bei demselben Problem reagieren? (*...was würde James Bond machen – oder die Paw Patrol 😊? Sich auch selbst bemitleiden...?*)
- Was gibt es noch für Möglichkeiten / Alternativen? (*...früher ins Bett gehen? ...etwas Lustiges im Fernseher anschauen? ...Freunde oder Familie anrufen?*)
- Was würde ich in 10 Jahren zu meinem jetzigen ICH sagen? (*...eventuell so etwas wie „ziehe das chefmäßig durch!“*)

Die Hypothese lautet: VON DEM SELBEN MEHR führt nur selten zum Erfolg.

Wage etwas Neues!