

Pressemitteilung

Willenskraft: Wie man Berge versetzen kann

Willenskraft erscheint wie ein rätselhafter Mythos, mit dem man die sprichwörtlichen Berge versetzen kann. Was ist aber darunter konkret zu verstehen, und wie kann man die Willenskraft stärken? Das zeigt eine empirische Studie des Instituts für Managementinnovation, an der rund 15.000 Fach- und Führungskräfte teilgenommen haben

Bad Soden am Taunus, 15. Januar 2016. Einige Experten behaupten, man könne die Willenskraft genauso trainieren wie einen Muskel. Als Beispiele werden Extremsportler, Künstler oder visionäre Politiker und Unternehmer angeführt. Andere Untersuchungen kommen zu dem Schluss, Willenskraft sei eine Charaktereigenschaft, die mehr oder weniger „angeboren“ oder in frühester Jugend geprägt worden sei. Beide Auffassungen sind nach einer persönlichen Befragung von rund 200 Geschäftsführern mittelständischer Weltmarktführer und einer anschließenden Online-Befragung von rund 15.000 Personen durch das Institut für Management-Innovation nicht überzeugend. Was steckt also hinter dem Rätsel der Willenskraft?

Nach den Ergebnissen dieser Studie besteht Willenskraft aus fünf messbaren Fähigkeiten: (1) willensstarke Menschen wissen, worauf es ankommt und fokussieren ihre Aufmerksamkeit auf das Wesentliche statt sich zu verzetteln. (2) Sie steuern ihre Gefühle so effizient, dass sie emotionale Belastungen schnell überwinden statt darunter zu leiden. Außerdem können sie sich selbst und andere in eine gute Stimmung versetzen. (3) Umsetzungsstarke Menschen haben weniger fachliche oder intellektuelle, dafür aber mehr praktische Intelligenz (Cleverness), mit der sie Probleme und Risiken kreativ bewältigen. (4) Sie stärken regelmäßig die Basis ihres Selbstvertrauens und können sich wirksam durchsetzen. (5) Schließlich wissen sie, warum sie arbeiten, erkennen also den tieferen Sinn in ihren Aufgaben und können dadurch sich selbst und Andere begeistern.

Deswegen erzielen willensstarke Menschen auch mit bescheidenen Mitteln, häufig unter ungünstigen Umständen, überzeugende Ergebnisse (Erfolge). Dabei ist Erfolg als die Umsetzung selbst gesetzter Ziele definiert. Mit diesen Erkenntnissen aus der empirischen Studie kann man die Willenskraft zuverlässig diagnostizieren und trainieren. Fazit: Herausragende Leistungen sind nicht primär die Folge einer außergewöhnlichen Begabung oder Anstrengung, sondern das Ergebnis einer intelligenten Entwicklung dieser fünf Fähigkeiten. Ein persönliches Stärken-Schwächen-Profil dieser Fähigkeiten kann man in einem kostenlosen Online-Test unter der folgenden Adresse erstellen:

www.managementkompetenzen.de/umsetzungskompetenzen/