



Denksportaufgaben halten das Gehirn fit. Denktrainerin Anke Lindau verwendet sie gerne in ihren Übungen.

Foto: Roy Glisson

Sebastian Sasse

Muster gibt es nicht nur auf der Tapete, sondern auch im Gehirn. Nun hat man vielleicht tatsächlich bei dem einen oder anderen Zeitgenossen ab und an den Eindruck, dass er kariert denkt. Aber so meint es Anke Lindau nun auch nicht, wenn sie von Denkmustern spricht. *Wir denken immer*, sagt die 48-Jährige. Damit dieses Denken aber auch zu Ergebnissen führt, benötigt es einen Rahmen. Der Denkprozess hat immer einen Auslöser, ein Problem, nach dessen Lösung gesucht wird. Und es zielt immer auf eine Entscheidung ab. Wenn Anke Lindau diese Abläufe erklärt, hört sich alles ziemlich einfach an. Doch in der Praxis ist es komplizierter. Das weiß eigentlich jeder aus eigener Erfahrung, für ihre Kunden ist es zu einem wirklichen Problem geworden. Sie kommen zu der Denk-Trainerin, weil sie allein nicht zu den Lösungen finden, nach denen sie suchen.

Die Folge ist Frustration. *Begeisterung ist aber der Dünger für unser Gehirn. Wir wollen so denken, dass die Ergebnisse, die wir dabei erzielen, uns begeistern. Denn dann werden dadurch Glückshormone produziert. Das ist wie bei der Schokolade. So wie wir den Weg zum Schrank nicht vergessen, in dem sie deponiert*

*ist, so vergessen wir auch nicht das Denkmuster, das dieses Glückserlebnis bei uns ausgelöst hat.* Die Konsequenz: Denkmuster prägen sich ein. Schwierigkeiten entstehen erst dann, wenn die gewohnten Muster nicht mehr zu den neuen Problemen passen. Zumindest auf den ersten Blick.

Uns begeistert, was unseren Neigungen entspricht. Lindau formuliert die Konsequenz so: *Wir müssen unsere eigenen Aufgaben finden. Nur das, was wir gerne machen, machen wir auch gut.* Das heißt also im Umkehrschluss: Wer mit seinem Denken nicht weiterkommt, sitzt einfach nur am falschen Arbeitsplatz.

Das hört sich wiederum einfach an, ist aber im Alltag wohl nur äußerst schwer umzusetzen. Was soll etwa ein Schüler machen – Lindau bietet extra Kurse für Jugendliche an – der feststellt, dass er keine Neigung zur Mathematik hat? Sein Lehrer wird ihn deswegen wohl nicht vom Unterricht freistellen. Lindau verfolgt denn auch einen anderen Ansatz: *Grob gesagt, gibt es zwei verschiedene Denk-Typen. Der eine denkt eher analytisch, der andere eher kreativ. Natürlich gibt es da viele Mischformen, aber eine Tendenz ist meistens erkennbar. Und diese Tendenz führt dazu, dass die Menschen auch ihren Neigungen etwa bei der Be-*

# Denken macht froh

NRZ-SERIE GOTT UND DIE WELT: Anke Lindau trainiert das Gehirn ihrer Kunden – vom Manager bis zum Schüler

„Lasst uns noch ein bisschen reden, denn wer redet, ist nicht tot.“ Der Dichter Gottfried Benn hat es gewusst: Gespräche gehören zum Leben dazu. Ein Gespräch ist ein Wechselspiel zwischen Menschen. Im Gespräch lernt man – den anderen kennen, sich sowieso und manchmal auch etwas über das Leben. Deswegen bittet die NRZ regelmäßig zum Gespräch. Die Themen wechseln, interessante Zeitgenossen liefern immer Gesprächsstoff. Man muss sie nur suchen. Freuen Sie sich auf Plaudereien – mal witzig, mal nachdenklich, immer unterhaltsam. Eben Plaudereien über „Gott und die Welt“.

*ruftwahl folgen.* Das sei grundsätzlich richtig, doch sie rät dazu, auch die jeweils weniger ausgeprägte Seite für das eigene Denken fruchtbar zu machen. Und genau hier setzt ihr Training an.

Die 48-Jährige war in ihrer Jugend 15 Jahre lang aktive Leistungssportlerin – Leichtathletik. Und auch heute noch verbringt sie ihre Freizeit am

liebsten auf dem Sportplatz. Regelmäßiges Training gehört seitdem für sie ganz selbstverständlich zu ihrem Leben dazu. *Übung macht den Meister.* Aber Übung brauche eben auch einen Anleiter.

*Ich hatte einen tollen Trainer. Der hat sich nicht nur für meine Leistung, sondern für mich als Person interessiert. In einer solchen Rolle sehe ich*

*mich auch meinen Kunden gegenüber.“* Sie will ihnen zeigen, über welche Neigungen und Talente sie verfügen. Gleichzeitig sollen sie aber auch auf die andere, die bisher vernachlässigte Seite ihres Gehirns aufmerksam gemacht werden. *Da liegen tolle Ressourcen brach, die genutzt werden können.* Das klingt so, als ob es Lindau vor allem um

die ökonomische Verwertbarkeit gehe. In Wirklichkeit geht es Lindau, die tatsächlich einmal Wirtschaftswissenschaften studiert hat, um etwas anderes. *Ich will die Neugierde der Menschen aktivieren.* Sie will ihren Kunden zeigen, dass sie auch durch Phänomene begeistert werden können, über die sie bisher nicht nachdenken wollten.

Zum Beispiel mit Denksportaufgaben. *Die zeichnen sich dadurch aus, dass sowohl analytische wie kreative Fähigkeiten gefordert sind.* Noch wirkungsvoller sei freilich aber etwas anderes: *Wir brauchen Erlebnisse. Erlebnisse, die Neugierde erzeugen. Aber die Reize, die heute auf die Leute einwirken, sind doch sehr eingeschränkt. Etwas provokant formuliert: Die Welt, in der Kinder heute aufwachsen, ist nicht artgerecht.* Nicht umsonst geht sie mit den Jugendlichen, die sie trainiert, in ein Gartenhaus. In der Natur, so ist sie überzeugt, stoßen Kinder auf viele Phänomene, die sie zum Nachdenken anregen und gleichzeitig ihre Begeisterungsfähigkeit wecken. *Das freie Spielen ist ganz wichtig. Manchmal sagen Eltern zu ihren Kindern: „Sag nicht so komische Sachen.“* Doch es gehe ja eben nicht darum, dass Kinder so denken, wie ihre Eltern es wollen, son-

dern eben ihre eigene Neigung ausprägen. *Das, was die Eltern als komisch empfinden, ist schließlich das, was die Kinder in diesem Moment beschäftigt. Eltern sollten dies eher als Chance begreifen, werden sie doch so auf ein Problem hingewiesen, das sie überhaupt nicht wahrnehmen, ihr Kind aber umtreibt. So könnten sie etwas von ihm lernen.*

Ähnliche Tipps gibt sie auch den Unternehmern, die sich von ihr beraten lassen. *Sie müssen ein Gefühl dafür entwickeln, zu welchen Aufgaben ihre Mitarbeiter eine Neigung haben, und deren Talente vertrauen. Das schafft Motivation. Wir möchten etwas tun, was uns gut tut. Die Mitarbeiter müssen aber auch die Chance bekommen, festzustellen, was ihnen gut tut.* Die 48-Jährige macht eine kleine Pause: *Gute Ideen haben es ja oft nicht leicht, weil sie der Norm widersprechen. Aber genau solche Ideen brauchen wir.*

Hinter Anke Lindau hängt eine Urkunde: der Unternehmerinnenbrief des Landes NRW. Er wurde ihr als Anerkennung für ihre gute Geschäftsidee verliehen. Auf den Gedanken, als Denk-Trainerin zu arbeiten, muss man schließlich auch erst einmal kommen. Lindau lächelt. Darüber, ob ihr Beruf sie begeistert, muss sie nicht lange nachdenken.

## MIT DEN CITY CARS IN DEN FRÜHLING!



**PIXO ACENTA**  
1.0 l, 50 kW (68 PS), 5-Türer  
Neuwagen

- ABS
- 4 x Airbag
- Klimaanlage
- elektrische Fensterheber
- Zentralverriegelung mit Funkfernbedienung
- Radio-CD
- u.v.m.

Unser Preis: € 9.850,-



**MICRA ACENTA**  
1.2 l, 59 kW (80 PS), 5-Türer  
Erstzulassung 04.2011

- ABS, ESP, 8 x Airbag
- Klimaautomatik
- Geschwindigkeitsregelanlage
- Integriertes Navigationssystem
- elektrische Fensterheber
- Bordcomputer
- Metallic-Lackierung

Unser Preis: € 11.490,-



**NOTE i-WAY**  
1.4 l 16V, 65 kW (88 PS), 5-Türer  
Neuwagen

- ABS, ESP, 8 x Airbag
- integriertes Navigationssystem
- Klimaautomatik
- Nebelscheinwerfer
- Geschwindigkeitsregelanlage
- Bordcomputer
- LM-Felgen

Unser Preis: € 13.990,-

Autohaus Am Ruhrdeich GmbH  
Max-Peters-Straße 25  
47059 Duisburg  
Tel.: 02 03/31 81 60  
www.ruhrdeichgruppe.de

Autohaus Römerstraße, Filialbetrieb  
der Autohaus Am Ruhrdeich GmbH  
Römerstraße 478 • 47443 Moers  
Tel.: 0 28 41/8 80 87 87  
www.ruhrdeichgruppe.de

Autohaus Jankowski GmbH  
Lindnerstraße 100  
46149 Oberhausen  
Tel.: 02 08/9 41 49 10  
www.ruhrdeichgruppe.de

Autohaus Extra GmbH  
Ulrichstraße 9  
45891 Gelsenkirchen  
Tel.: 02 09/97 62 10

Autohaus Extra GmbH  
Fritz-Thyssen-Straße 6-8  
45475 Mülheim  
Tel.: 02 08/99 66 40

Autohaus Seyer • Verkaufsstelle  
der Autohaus Extra GmbH  
Frankenstraße 71  
45134 Essen  
Tel.: 02 01/8 94 00-40



SHIFT the way you move