Sind wir alle schon versklavt?

**Die Gesellschaft stöhnt vor Erschöpfung! Unternehmensberater und Trainer spricht Klartext!**

**Carsten Somogyi plädiert für Eigenverantwortung. Das heißt nicht, dass er Fehlentwicklungen nicht erkennt und benennt. Er sieht vor allem Lösungen.**

„Von immer mehr und neuen Gesetzen, Vorschriften und Regelungen gegängelt, bemerken viele von uns nicht mehr, wie sehr der Staat unsere Freiheit beschneidet“, meint Somogyi, der sich als Unternehmensberater, Trainer und Speaker einen Namen gemacht hat. „Diese Beschneidung unserer Rechte verdanken wir Menschen, die selbst gerne von Freiheit reden: der selbsternannten ‚Elite‘, unsere Politiker - ein Widerspruch in sich. Es ärgert mich, wenn man uns mehr und mehr zum modernen Sklaven der Bürokratie macht.“ Je unsicherer der Staat sei, desto undurchsichtiger seien auch seine Gesetze und Vorschriften und umso größer sein Hunger nach Steuereinnahme und Kontrolle. Viele Bürger fühlen sich abhängig und resignieren. „Das ist ein Problem, das uns in allen Lebensbereichen begegnet“, erklärt Somogyi weiter. „So manche Ehe/Beziehung besteht nur noch aus unfreiwilliger Abhängigkeit und viele Jobs werden genau aus diesem Grund nicht gekündigt. Besonders deutlich wird das Gefühl von Abhängigkeit beim Thema Geld. Nur die wenigsten sind finanziell unabhängig und können ihr Leben materiell frei gestalten. Dass es aber immer einen Ausweg gibt, auch aus Abhängigkeiten, das können die wenigsten glauben. Dabei liegt die Lösung in uns selbst.“

**Innere Abhängigkeiten**

Neben den genannten äußeren Abhängigkeiten gibt es natürlich auch innere, die uns Menschen noch mehr zu schaffen machen. Was denken wir? Macht es Sinn, wie und was wir denken? Wie und was fühlen wir? Fühlen wir überhaupt noch? Was tun wir und wie tun wir es? Tun wir etwas nur noch aus Gewohnheit? Aus welchem Antrieb handeln wir?

„Jeder Mensch trägt eine Vielzahl an alten Gedanken, Überzeugungen und Philosophien in sich, die oft längst nicht mehr in unsere Zeit passen. Manche sind völlig falsch, unsinnig oder überholt“, beschreibt Carsten Somogyi die Situation. „Wir haben sie von Eltern, Lehrern, Religion und unserer Umwelt übernommen und sie beeinflussen unser Denken und Tun - leider auch heute und zukünftig, wenn wir selbst nichts ändern. So reagieren viele Menschen fremd- und von fatalen Irrtümern gesteuert. Es werden Gewohnheiten daraus, von denen sich dann mehr als 50 Prozent der Menschen in der westlichen Welt steuern lassen - auch wenn sie krank machen und das Leben verkürzen. Ich denke da beispielsweise auch an Alkohol, Rauchen, falsche Ernährung oder mangelnde Bewegung.“

Hinzu käme eine Unmenge manipulativer Informationsmüll, dem wir täglich durch Rundfunk und Fernsehen ausgesetzt seien und der unser gesamtes Denken beeinflusse. „Ich rede hier von täglich angstschürenden Meldungen über Tierseuchen, Ebola, Co2, Kriege, Mord und Totschlag“, zählt Somogyi auf. „Keineswegs besser sind die Projektionen ‚seligmachender Lebensfreude‘. Da heiraten schon mal in einem dekadenten Freudenhaus royale Sprösslinge, weltweit werden pubertierende ‚Superstars‘ gesucht, mutierte Vertreter unserer Spezies kassieren Millionen dafür, dass sie in Grüppchen Bälle traktieren und dazwischen feiern sie Weihnachten, Ostern, Pfingsten und sonstige altheidnische Jahresfeste, Fasching und die Wiedervereinigung. Zwischendurch beleben dann noch talentlose Politclowns und aufgebrezelte Showstars unser Tagesgeschehen. Es ist keine Glaubensfrage, sondern eine Sache der aufmerksamen Beobachtung, des Hinterfragens und permanenter Recherche, um zu erkennen, dass die Menschen in eine defätistische Grundhaltung getrieben werden. Leider haben die meisten keine Ahnung, was da unbewusst in ihnen abläuft, von welchen Glaubenssätzen sie geprägt und beherrscht werden. Andere wollen es bewusst auch nicht wahrhaben, da es bequem erscheint. Wen wundert es, dass die Wartezimmer von Psychotherapeuten, Psychiatern, Geistheilern und Genesungszentren voll sind. Die Menschen sind von Burnout geplagt, gestresst, unzufrieden und fühlen sich alleingelassen.“

**Fragen Sie sich doch selbst einmal:**

Nutze ich meine Möglichkeiten der Selbstbestimmung? Weiß ich wirklich genau, was ich will? Wo liegen meine besonderen Talente? Gestehe ich anderen zu viel Einfluss zu? Gebe ich ihnen dadurch zu viel Macht? Erkenne ich Manipulationen sofort? Kann ich mich abgrenzen, wenn sich andere in meine Angelegenheiten einmischen? Entscheide ich nach meinem Willen? Oder agiere ich oft nach alten Gewohnheiten? Nehme ich die Wünsche und Ambitionen anderer zu wichtig? Wichtiger als mich selbst?

 „Wenn wir unsere Eigenverantwortung anderen überlassen, kostet uns das unsere individuelle Freiheit. Wir sollten uns nicht von Politikern, Auftraggebern oder ‚falschen Helden‘ instrumentalisieren lassen“, rät der Mentalcoach. Ein tiefer Einblick in die inneren und äußeren Zusammenhänge ist oft der erste Schritt, sich selbst wieder näher zu kommen und Abhängigkeiten zu erkennen. „Selbstentdeckung“ ist daher das entscheidende Stichwort, das alle Vorträge, Seminare und Trainings von Carsten Somogyi begleitet: „Wenn wir zufrieden, glücklich und erfolgreich sein wollen, dann müssen wir auch selbst an und bei uns die notwenigen (Ver)Änderungen einleiten. Das gilt nicht nur für den privaten sondern auch für den beruflichen Bereich. Es ist immer der Mensch, der im Mittelpunkt stehen muss. Glücklich mit unabhängigem Verstand macht er den Erfolg im Unternehmen aus – vom Vorstand bis in alle Mitarbeiterebenen.“

Weitere Infos zur Arbeit von Carsten Somogyi finden sie unter: [www.carstensomogyi.de](http://www.carstensomogyi.de)

\*Der Abdruck ist frei. Wir bitten um ein Belegexemplar.

**Kurzportrait**
Carsten Somogyi ist unabhängiger Referent, Trainer und Mentalcoach. In seiner Arbeit inspiriert er Führungskräfte und Mitarbeiter zu neuem „DenkFühlHandeln“ und verhilft zu tiefgreifenden Erkenntnissen. Der Mensch steht im Mittelpunkt, egal was trainiert wird. Es geht immer um die Entwicklung der Persönlichkeit.

Als Speaker nutzt er dabei philosophische Ansätze sowie persönliche Erfahrungen aus dem Profisport und begeistert als ehemaliger Geschäftsführer die Teilnehmer durch probate Kenntnisse der freien Marktwirtschaft.

Unter Coaching versteht Carsten Somogyi die Begleitung des Menschen zur inneren Freiheit, zu autarkem Selbstwert und Selbstbestimmung. Für den Experten polarisierender Glaubenssätze im Unterbewusstsein ist das „Erkennen des Selbst“ elementar.

Als Trainer steht Carsten Somogyi allen Unternehmen zu Verfügung, die ihre Mitarbeiter durch professionellen Wissenstransfer qualifizieren möchten.

Neben jahrzehntelanger Erfahrung im Einzelcoaching, in Seminaren und Trainings bildete sich Somogyi in den Bereichen Profiling, Verhaltenspsychologie, Individual-, Mental- und Persönlichkeitstraining ständig weiter. Ebenso arbeitet er mit kognitiver Verhaltenstherapie und der Methodik ganzheitlicher Symptombehandlung.