

Evokation\*

# Investition in das Sozialkapital

Der Leistungsdruck von Kapitalgebern und Geschäftsleitungen nimmt stetig zu. Die Anforderungen unserer Arbeitswelt verringern sich nicht – im Gegenteil sie werden weiter anwachsen. Eine dauerhaft hohe Stressbelastung ist die Folge.

**S**tress ist in der menschlichen Natur etwas völlig Normales. Bei Gefahren- bzw. Ausnahmesituationen kommt der Körper durch das Stressmoment blitzschnell auf Hochtouren und erbringt Höchstleistung. Ist die Situation vorüber, kehren die Körperfunktionen wieder in ihren Normalzustand zurück und der Körper erholt sich wieder.

Wir rufen mit Hilfe des Stresses körperliche und geistige Höchstleistungen ab. Für Dauerstress ist unser Körper jedoch nicht geeignet, und wenn die Phase der Regeneration fehlt, kommt es zu physischer und seelischer Erschöpfung. Beginnende Kennzeichen sind Schlaf- und Konzentrationsstörungen. Fortschreitend tauchen Depressionen, Tinnitus und das Burnout-Syndrom auf. Die daraus resultierenden unkalkulierbaren Fehlzeiten sind ein kostentreibender Faktor für jedes Unternehmen und es entgehen der deutschen Wirtschaft jährlich bedeutende Wettbewerbsvorteile und namhafte Erträge.

## Regenerationsphasen sind lebenswichtig

Es geht also nicht darum, den Stress zu verbannen, sondern den Stress durch Regenerationsphasen zu unterbrechen. Leider wird bei den meisten Menschen Regeneration mit Erholung verwechselt. Regeneration ist ein unmittelbarer Prozess, der dem embryonalen Wachstum ähnelt und absolut stressfrei ist. Spürbar in unserem Körper bis in jeden Zellkern hinein. Das geht weit über Erholung hinaus.

In seiner langjährigen Personalarbeit stellte sich Heindl nun die Frage, wie kann man die Ressource Regeneration methodisch für jedermann herstellen, ohne aus dem Arbeitsprozess heraus zu fallen?

Seine Antwort ist eine Bild-Ton Installation, die er „Evokation“ nennt. Sie

ist das Ergebnis seiner langjährigen autodidaktischen, empirischen und interdisziplinären Forschungsarbeit, aus einem monochromen Goldbild, einer eigens für die Evokation komponierten Musik sowie einer sensitiven Übertragungstechnik.

- Beim einfachen Betrachten dieser Installation stellt sich der lebenswichtige Zustand der Regeneration sofort ein und der emotionale Zustand des Betrachters verändert sich augenblicklich positiv.

- In dem Zustand der Regeneration erweckt sich das Gefühl der sog. inneren Kohärenz.

- Das Kohärenzgefühl ist das übergeordnete Steuerungsprinzip für ein erfolgreiches Stress-Management.

- Menschen mit hohem Kohärenzgefühl sind eher in der Lage, Ressourcen zu mobilisieren und mit Stresszuständen souverän umzugehen.

- Sie nehmen Reize gar nicht als Stressoren wahr.

Sie leistet einen effizienten Beitrag

- zur Steigerung von Wohlbefinden und Gesundheit der Beschäftigten

- zur Steigerung der Wettbewerbskraft der Unternehmen.

Sie trägt zugleich zur Verhütung oder Bewältigung weit verbreiteter Organisationskrankheiten wie

- Motivationsverlust, innere Kündigung und hohe Fehlzeiten

- und trägt so zur Steigerung von Flexibilität und Leistungsbereitschaft bei.

Wie die Evokation im Arbeitsalltag eingesetzt wird, veranschaulicht ein Kurzfilm unter [www.evokation-berlin.de](http://www.evokation-berlin.de)

\* lat. evocatio „Aufruf“, von evocare „herausrufen“ allg. Bedeutung: Erwecken von Vorstellungen oder Erlebnissen bei Betrachtung eines Kunstwerkes



In den ersten vier Jahren sind über 5.000 Menschen von der Evokation informiert oder angeleitet worden.

## Peter Heindl,

Jahrgang 1958, ist in Frankfurt am Main geboren. Nach einer Ausbildung und langjähriger Managertätigkeit in der Spitzengastronomie machte er eine berufsbegleitende Ausbildung zum Industriefachwirt und arbeitete danach fünf Jahre als Subunternehmer im Ausland.



2001 Mitbegründer der branchenunabhängigen Beraterfirma Evolution, deren Schwerpunkt Organisation und Personalentwicklung ist. Kennzeichen ist dabei die wechselseitige Verbindung von kognitivem Wissen und emotionaler Intelligenz zu einer Einheit. Parallel dazu beschäftigte er sich mit der Forschungs- und Entwicklungsarbeit in den Bereichen Zellbiologie, Psychologie und Quantenphysik für das zukünftige Instrument Evokation. 2007 eröffnete er die erste „creative mind gallery“ mit der Evokation am Hackeschen Markt in Berlins alter Mitte. Hier gibt es Veranstaltungen, Vorträge, Seminare zur Einführung in die Evokation. In den vier Jahren sind über 5.000 Menschen von der Evokation informiert oder angeleitet worden.

www.evokation-berlin.de