

# Über Vertrauenswürdigkeit

**Vertrauen ist eines der am meisten inflationär verwendeten Wörter. Wir fordern Vertrauen ein wie Rückgeld im Tante-Emma-Laden, doch geben tun wir es nur sehr selektiv und begrenzt. Mit Recht? Hätten wir mehr Vertrauen, dann hätten wir weniger Angst, doch das Leben lehrt uns, dass Vertrauen nicht immer angebracht ist. Ist Kontrolle also doch besser als Vertrauen?**

Vor ein paar Jahren hätte ich den Satz „Vertrauen ist gut. Punkt!“ noch vorbehaltlos unterschrieben. Das Leben hat mich in der Zwischenzeit anderes gelehrt. Ich habe Experten vertraut, die versagt haben, ohne dafür die Verantwortung zu übernehmen. Ich habe Menschen vertraut, die mich im entscheidenden Moment verraten oder hängen lassen haben. Ich habe auf das Gute vertraut, dass es am Ende immer siegen möge. Ich habe dem Staat vertraut, dass er/sie/divers seine Bürger schützen möge und das Beste für sie tue. Ich habe den Medien vertraut, dass sie die Dinge hinterfragen, die vierte Macht im Staat wären und Dinge publik machten, die nicht in Ordnung sind. Nun ja, man lernt dazu, und ich habe mir viele Gedanken gemacht zu Vertrauen, auch zu meinem Vertrauen und meiner Vertrauenswürdigkeit.

Hätte ChatGPT den Artikel geschrieben und nicht ich, dann hiesse es jetzt, dass Vertrauen die Grundlage jeder Beziehung ist, dass Vertrauen essenziell ist für eine erfolgreiche Zusammenarbeit und ein erfülltes Leben etc., und das stimmt! Vertrauen steht ja auch in fast jedem Leitbild, und zerstörtes Vertrauen ist Ursache grosser Enttäuschungen und tiefen seelischen Schmerzes. Vertrauen ist einer jener Metawerte, die universell gültig und jedem Menschen teuer sind. Ohne Vertrauen wäre das Leben voller Kontrolle, Skepsis, Misstrauen und Argwohn. Wäre? – Schau dich um! – Das Leben ist voller Kontrolle, Skepsis, Misstrauen und Argwohn! Vielleicht erinnerst du dich an Walt Disneys „Dschungelbuch“: Die Schlange Kaa hypnotisiert Mogli mit den Worten: „Vertraue mir!“ Nicht alle meinen es gut mit uns. In der heutigen Zeit, in der Fake fast nicht mehr von Wirklichkeit zu unterscheiden ist, in der Businessmodelle unermesslich reich machen können, wenn sie nur gross genug angelegt werden, in der alles gekauft werden kann – auch Vertrauen, Einflussnahme und Meinungsbildung –, tun wir wohl gut daran, uns sehr sorgfältig zu überlegen, wem oder was wir vertrauen können, und uns gleichzeitig zu überlegen, wie weit unsere eigene Vertrauenswürdigkeit geht. Nur wo Täuschung ist, kann Ent-Täuschung entstehen. Täuschen tun wir wohl vor allem uns selbst, indem wir zu wenig kritisch hinschauen, uns Projektionen hingeben, Verantwortung abgeben und Idealen nachhängen. Täuschung ist auch die eigene Selbstüber- oder -unterschätzung. Das ist nicht Vertrauen, sondern nur dumm, wenn auch verständlich und menschlich.

Wir können verschiedene Arten von Vertrauen unterscheiden:

**1. Urvertrauen**, d. h. die innere Überzeugung, dass es das Universum gut meint mit uns und dass am Ende alles gut kommt, weil es sonst nicht das Ende ist. Es gibt Menschen, die dies tief in sich tragen als unzerstörbares Gut. Oft vertrauen solche Menschen auf eine höhere Intelligenz oder Macht, welche eine schützende und regelnde Funktion innehat und dafür sorgt, dass es gut kommt. Wenn du zu dieser Gruppe gehörst, dann kann man dich nur beneiden, denn das ist eine ungeheure Kraft, mit der du zwangsläufig sehr stark, erfolgreich, optimistisch und ein Segen für dich und deine Umgebung bist.

**2. Vertrauen in Menschen**. Du gehst offen auf Menschen zu und schenkst ihnen dein Vertrauen so quasi als Vorleistung, bis sie dich überzeugen,

dass es nicht angebracht war. Vertrauen ist ein Geschenk, genau wie Liebe. Wir müssen uns erst mal nicht „würdig“ erweisen, wir müssen auch nichts zurückgeben, sondern vorwärtsgeben, d. h. in diesem Fall auch zu einem Menschen werden, der vertraut. Doch hier ist es ganz wichtig, dass wir uns selbst nicht überfordern. Vertrauen und Liebe dürfen und können nicht eingefordert werden, und so ist es auch möglich, dass wir nichts zurückbekommen. Deshalb nur so weit lieben und vertrauen, dass wir auch im Fall des „Supergaus“ – missbrauchtes Vertrauen und verratene Liebe – noch überleben und weiter existieren können, falls uns das wichtig wäre. Wenn wir jemandem ein Weihnachtsgeschenk geben, dann erwarten wir ja auch nichts zurück, sondern geben einfach, um dem anderen eine Freude zu machen. Wir geben nicht mehr, als wir uns zumuten können, und genau so sollte es auch mit Vertrauen und Liebe sein.

**3. Vertrauen in Organisationen und Dinge**. Hier ist unreflektiertes Vertrauen wohl nicht angesagt. Prüfe, wofür diese Dinge und Organisationen geschaffen wurden. Versuche herauszufinden, was deren Agenda und/oder Zweck ist. Analysiere sorgfältig, ob das, was dem Produkt oder der Organisation zugeschrieben wird respektive was sie von sich selbst behauptet, konsequent umgesetzt und in der Wirklichkeit über Zeit sichtbar wird. Das kann sich auch ganz leicht ändern, wenn sich die Führung, Eigentumsverhältnisse und/oder Strategie ändern. Organisationen erliegen ab und zu der Versuchung, in erster Linie für sich selbst zu sorgen und in zweiter Linie Nutzen zu bringen statt umgekehrt.

**4. Vertrauen in die Zukunft**. Dies ist eine sehr zentrale Form von Vertrauen: schwierig, aber unabdingbar wichtig. Niemand kann die Zukunft vorhersehen, aber wir können sie bewusst gestalten; zwar nicht vollumfänglich, aber doch entscheidend, trotz unserer begrenzten Möglichkeiten. Wir können lernen, das zu manifestieren, was wir uns wünschen und was wir brauchen, denn die Zukunft selbst hat unbegrenztes Potenzial. Theoretisch ist somit alles möglich! Wenn wir unserer Zukunft offen und vertrauensvoll begegnen, dann schaffen wir mit Sicherheit mehr von dem, was uns wichtig ist, als wenn wir uns angstvoll vor möglichen Risiken und Unwägbarkeiten schützen. Du kennst sicher den Ausdruck „self-fulfilling prophecy“: Was in unserem Leben geschieht und was wir wahrnehmen, ist eine Frage des Fokus, den wir einnehmen. Das meiste, was uns Angst einjagt, wird ohnehin nicht eintreten. Mit dem, was uns widerfährt – vieles davon ist nicht vorhersehbar –, werden wir umgehen können, denn wir haben die Fähigkeiten dazu, und wenn wir wirklich Hilfe brauchen, dann wird sie auch verfügbar sein.

**5. Vertrauen in uns selbst**. Ja, wer soll uns denn vertrauen, wenn wir uns selbst nicht vertrauen? Ist denn unsere Vertrauenswürdigkeit so klein, dass sie nicht einmal über unseren Skalp hinausreicht? Ja, wir haben Grenzen, und ja, auch unsere Vertrauenswürdigkeit ist endlich, und ja, wir sind leider nicht omnipotent, aber ein bisschen etwas dürfen wir uns schon zutrauen, denn wir wachsen nur an den Grenzen, nicht in der Komfortzone.

Vertrauen ist also nicht gleich Vertrauen. Unsere Intelligenz und unsere Intuition helfen uns, zu entscheiden, wann, wo und wie viel angebracht, sinnvoll und gut ist. Natürlich ist es schöner und besser, wie ein Kind voller Vertrauen auf die Welt und Menschen zu blicken, aber vermutlich leben wir länger und besser mit einer Prise Skepsis und einer grossen Dosis Umsicht. Vielleicht ist es mit Vertrauen wie mit vielen Dingen: Mass halten und Nebenwirkungen abwägen, um Schäden zu verhindern und das Optimum zu finden.

## Christina Kuenzle, B.A., MBA, M.S.

ist Unternehmerin, Co-Gründerin von Urban Gurus, ein Executive Circle für bewusstes Führen, sowie Managing Partner von Choice, einer Firma für Executive und Business Coaching. Sie lebt im Engadin und beschäftigt sich vor allem mit dem Erschliessen von Potenzial sowie zukunftstauglichen Modellen für die Führung und Veränderung in der Wirtschaft.

[www.urbangurus.ch](http://www.urbangurus.ch) und [www.choice-ltd.com](http://www.choice-ltd.com)

FOTO: GÜNTER BOLZERN

