

## **Zukunftsangst, Erschöpfung, Überforderung ... das neue Normal?**

Die österreichische Autorin und Transformationsbegleiterin Lisa Wallner stellt eine unbequeme, aber notwendige Frage: Wie viele Krisen hält eine Gesellschaft eigentlich aus? Ihre Antwort: Nur wenn wir beginnen, unsere innere Haltung zu verändern, können wir auch im Außen echte Transformation bewirken.

## **Kollektive Resilienz als gesellschaftlicher Auftrag: Warum innere Arbeit jetzt notwendig ist**

*Wien, am 24. Juli 2025* – Die Welt scheint aus den Fugen geraten zu sein: Klimakrise, soziale Spaltung, Inflation, Krieg, Digitalisierung, KI. Immer mehr Menschen erleben einen Zustand permanenter mentaler, emotionaler und existenzieller Überforderung. Auch in Österreich verdichten sich die Symptome: Das Vertrauen in Politik und Institutionen sinkt, während die Sehnsucht nach Sinn, Halt und Verbindung wächst. Für Lisa Wallner, Autorin des Buches „Die 10 Dimensionen der Krise“ und Begründerin der FoCos® Aufstellungen, ist klar: „Wir befinden uns nicht nur in einer multiplen Systemkrise, wir erleben einen kulturellen Kipppunkt. Und dieser lässt sich nicht allein mit politischen Maßnahmen oder wirtschaftlichen Programmen lösen.“

Was es braucht? Eine neue Art, Krise zu verstehen und zu leben. „Denn Krisen“, so Wallner, „sind nicht nur äußere Ausnahmezustände, sondern auch Spiegel eines kollektiven Ungleichgewichts.“ Ihre zentrale These: „Wer echte Veränderung will, muss nicht nur Strukturen transformieren, sondern auch die eigene innere Haltung.“ Die ehemalige Strategieberaterin plädiert deshalb für einen radikalen Perspektivwechsel: Innere Arbeit ist kein Wohlfühlprogramm mehr, sie wird zur gesellschaftlichen Notwendigkeit. Achtsamkeit, emotionale Präsenz und gemeinschaftsbasierte Heilungsräume sind keine Randthemen, sondern neue Schlüsselkompetenzen in einer Welt im Umbruch.

### **Raus aus der kollektiven Ohnmacht**

Mit dem von Thich Nhat Hanh geprägten Konzept des „Interbeing“ – der Einsicht, dass alles mit allem verbunden ist – beschreibt Wallner einen Weg aus der kollektiven Ohnmacht. Ihre Arbeit basiert auf der Idee, dass Resilienz nicht im Rückzug entsteht, sondern im bewussten Miteinander: „Wir überwinden die Krise nicht als Einzelkämpfer. Wir wachsen durch das, was wir gemeinsam halten können.“

Lisa Wallner bietet in ihrem Buch „Die zehn Dimensionen der Krise“ unter anderem auch praktische Impulse, wie Menschen kollektiv Resilienz aufbauen können. Etwa durch tägliches Innehalten, geteilte Reflexion oder das bewusste Aufsuchen von Gemeinschaft.

### **Herausforderungen sichtbar machen**

Eine zentrale Methode ihrer Transformationsarbeit sind die FoCos® Aufstellungen. Diese verbinden systemische Praxis mit Bewusstseinsarbeit, Archetypenlehre und kollektiver Intelligenz. Ziel ist es, individuelle wie gesellschaftliche Herausforderungen sichtbar zu machen – und in Bewegung zu bringen. Themen wie Burnout, Orientierungslosigkeit, Sinnkrisen oder sogar Business-Transformationen finden hier einen neuen, ganzheitlichen Zugang. „Kollektive Resilienz entsteht, wenn wir beginnen, uns wirklich zu sehen – mit allem, was ist. Nicht nur im Dialog, sondern auch im bewussten Spüren unserer Verbundenheit“, sagt Wallner. In Zeiten von zunehmender Fragmentierung sei diese Qualität der inneren Präsenz nicht nur heilsam – sondern hochpolitisch.

Ihr Fazit: Aus der Krise kann Bewusstsein wachsen, wenn wir den Mut haben, anders da zu sein. Nicht durch Appelle oder neue Strategien, sondern durch gelebte, innere Klarheit. Nicht durch Trennung, sondern durch die Rückverbindung zu uns selbst, zur Gemeinschaft und zur Welt.



Lisa Wallner versteht ihre Arbeit als Einladung an Politik, Wirtschaft und Gesellschaft gleichermaßen: „Bewusste Menschen schaffen bewusste Gesellschaften. Darin liegt unsere größte Chance.“

### **Über Lisa Wallner**

Lisa Wallner studierte an der Universität Wien Soziologie und widmete sich viele Jahre im Ausland intensiven Meditationserfahrungen und der Erforschung von Bewusstsein. Sie wurde in Europa und den USA von renommierten Koryphäen der Persönlichkeitsentwicklung ausgebildet und folgte vor 15 Jahren ihrem inneren Ruf, ein eigenes Business zu gründen. Ohne Ressourcen startete sie bei null und baute mit Entschlossenheit und visionärem Denken eine international anerkannte Marke auf. Heute arbeitet sie mit Leadern weltweit und unterstützt sie dabei, ihre großen Visionen in die Realität umzusetzen. Als Entwicklerin der FoCos® Methode, die mittlerweile von über 100 Coaches angewendet wird, hat Lisa Wallner eine innovative Herangehensweise geschaffen, um Menschen durch Krisen und Herausforderungen zu navigieren und im Leben nachhaltigen Erfolg, wahren Wohlstand und Sinn zu manifestieren. Mit ihren Büchern, darunter zwei Bestseller, und ihrer internationalen Tätigkeit inspiriert sie Menschen, Krisen als Sprungbrett für persönliches und berufliches Wachstum zu nutzen. Lisa Wallner hat über 10.000 Menschen weltweit unterstützt, lebt in Wien und gilt als eine der führenden Expertinnen für Transformationsprozesse. Weitere Informationen finden Sie auf ihrer Website: [www.lisawallner.com](http://www.lisawallner.com).

### **Rückfragen richten Sie bitte an**

Mag. Lisa Wallner

Mobil: +43 699 10 86 58 05

E-Mail: [lisa@lisawallner.com](mailto:lisa@lisawallner.com)

Web: [www.lisawallner.com](http://www.lisawallner.com)