



Zusammen finden wir eine Lösung:
Division Chur Tel. 0844 800 455 Stefan Stähler
www.grossbusiness.ch, E-Mail: chur@grossbusiness.ch

STELLENMARKT

INserate: SÜDOSCHWEIZ PUBLICITAS
ALEXANDERSTRASSE 24, 7001 CHUR,
TEL. 081 255 83 83, FAX 081 255 83 84.
AGENTUREN IN AROSA, DISENTIS, ILAN,
LENZERHEIDE UND THUSIS

DIE SÜDOSCHWEIZ

Manager leiden einsam

«Gehört der ewige Stress zu meinem Job? Oder mache ich etwas falsch?» Dies fragte mich kürzlich ein Geschäftsführer eines Hightech-Unternehmens.

Mein Auftraggeber erschliesst sich mit einem professionellen Coaching regelmässig einen Freiraum für seine persönliche Entwicklung, Leistungsfähigkeit und sein Wohlbefinden; seit einem Jahrzehnt sind diese Dinge in der Pendenzenflut untergegangen. Dieser Mann, ich nenne ihn hier Roland Frei, ist Mitte vierzig, intelligent, integer, schnell, effizient, fordernd und erfolgreich. Als Führungspersönlichkeit ist er einzigartig; doch steht er vor drei Hürden, auf die unzählige Schweizer Manager Tag für Tag losrennen:

- erstens Dinge planen zu müssen, die man kaum vorhersagen kann,
- zweitens geht es darum, die Ressourcen, Manpower und Zeitbudget so knapp wie gerade noch vertretbar zu kalkulieren. Bei Roland F. zeigt sich das, indem er seinen eigenen Tagesplan mit Aktivitäten überladet, sodass es kaum ein Meeting gibt, an dem er nicht erst in letzter Sekunde erscheint – gehetzt und mental an mehreren Orten gleichzeitig weiterarbeitend,
- drittens zeigt sich der Wider-



Manager leiden einsam: Wer klagt und Hilfe anfordert, verliert sein Gesicht. Erfolg um jeden Preis lautet die Devise.

Bild Keystone

spruch, dass sich der Manager durchsetzen soll (das diktiert der Markt) – aber mit Liebe (fordern die Mitarbeitenden und seine innere Stimme).

Manager zu sein erinnert mich oft an ein Monopoly-Spiel für Erwachsene, es ist natürlich viel spannender als die Brettversion und geht weiter,

wenn die Kraftreserven aufgebraucht sind. Viele Manager sagen dazu: «Ich bin in letzter Zeit nicht in Form.» Später, wenn die Last chronisch wird, nimmt der Stress Gestalt an: körperliche Symptome, Verstimmtheit, Ehekrise, Suchtverhalten ... «Woher die Kraft nehmen, um alles auszuhalten? Was ist der Preis für dieses Spiel?»

Wer belastbar ist, kommt voran

Hier stellen sich viele Manager die Sinnfrage: «Was will ich eigentlich im Leben?» Unter normalen Umständen verschwindet dieses unbequeme Suchen wieder. Dafür stellt der Betrieb den strebsamen Managern einen feudalen Anreizcocktail zusammen, Macht und Geld «on the rocks». Doch das ist die falsche Energie für die leeren Batterien unersetzlicher Manager. Wenn es an die Reserven geht, baut sich ein neuer Teufelskreis auf: Alles muss so aussehen, als wäre es ein Kinderspiel. Nur wer belastbar ist, kommt voran. Wer klagt und Hilfe anfordert, verliert sein Gesicht ... Erfolg um jeden Preis lautet die Devise! Manager leiden einsam.

Was ist zu tun? Aushalten oder die Stelle wechseln, ein Buch lesen oder ein Seminar besuchen, sich mit einem Freund austauschen? Sinnvoll wäre ein Coaching – aus Zeit- und Effizienzgründen. Dabei engagiert sich der

Manager einen passenden Coach und darf dann auf Diskretion und Professionalität zählen. Die Qualität des Coachs zeigt sich in seinen Fragen, die er mit System und Weitsicht wählt, um die Situation des Klienten zu klären. Allein die Dinge geordnet vor sich auslegen zu können, kann schon sehr befreiend wirken.

Ein Coach erteilt auch kritische Rückmeldungen, nachdem er die Sichtweise des Klienten erfasst hat. Er hilft Ziele und Lösungen zu finden, wo man sich allein in einer Problemspirale drehen würde. Alle Menschen, ich inklusive, arbeiten besser auf Ziele hin, wenn wir mit einer anderen Person ein Commitment eingegangen sind. Ähnlich wie im Sport werden so Ziele vereinbart, Etappen abgeleitet, Feedback ausgetauscht. Vielleicht das Wichtigste am Ganzen: Der Coach motiviert den Performer, indem er ihn gezielt in seinen Bedürfnissen stützt; diese, vor lauter Stress gerne vergessen, sind die Schaltstellen zur Lebenszufriedenheit.

Joachim Hoffmann, lic. phil., Arbeits- & Organisationspsychologe FSP/SGAOP
Hoffmann Coaching – Coaching & Seminare für Führungskräfte, Kornhausstrasse 38
8006 Zürich, Tel. 01 364 63 31
info@hoffmanncoaching.ch
www.hoffmanncoaching.ch