

„Gut aufgestellt für den Platz im Leben“

... oder wie Sie trotz Zahlen, Daten, Faktendruck ihrer Lifebalance gerecht werden.

Vorstand: „Ein interessantes Thema da trotz vieler neuer Herausforderungen die auf unsere Führungskräfte zukommen, immer wieder ein großer Teil von Führungskräften dabei ist, der diese Aufgaben im Einklang mit sich hervorragend meistert! Woher kommen diese unterschiedlichen Verhaltensmuster?“

Vertriebsleiter: „Da haben Sie Recht. Erst einmal ist es schon auffällig dass aus der Schere zwischen Herausforderungen und individuellen Kompetenzen typische psychisch-mentale Stressoren resultieren. Das bedeutet, quantitative Überforderung durch die Leistungsanforderungen und das Arbeitstempo; qualitative Überforderung durch die Informationsflut, selbst erzeugte Unübersichtlichkeit oder Kompliziertheit, unklare Zielvorgaben, Leistungs- und Zeitdruck, Angst vor Misserfolg und Kontrolle, hohe Verantwortung für Personen oder Werte, unklare Zuständigkeiten.“

Verschärft wird die Situation für viele Mitarbeiter dadurch dass die Führungskräfte dieser Situation oft ebenfalls nicht gewachsen sind und durch ihren Führungsstil zusätzliche Stressoren erzeugen. Eng mit dieser Entwicklung verbunden ist der Abschied vom Sicherheitsdenken. Diese Tendenz reicht von den organisatorischen Veränderungen und Umstrukturierungen bis hin zu den privaten Prozessen, die eine deutlich geringere Vorhersagbarkeit (z. B. Lebensabschnittspartnerschaften) haben. Ebenso erzwingen Fusionen, neue Teams, neue Aufgaben den Verlust der beruflichen „Heimat“ zusätzlich zum Verlust wichtiger Beziehungen und gewohnter Abläufe.“

Vorstand: „Ja, unter diesen Gesichtspunkten hat sich tatsächlich in den letzten Jahren vieles geändert. Mir scheint es auch so dass sich viele Führungskräfte bis zur totalen Erschöpfung quälen.“

Offenbar ist für viele die Balance schwer zu halten zwischen dem, was an Herausforderungen, Veränderungen, an Druck als stimulierend, lern- und leistungsfördernd erlebt wird und dem, was an Vertrautem erhalten bleiben soll. Die Gefahr eines Ungleichgewichts zwischen den mentalen und psychischen Anforderungen einerseits und den Leistungsvoraussetzungen und verfügbaren Ressourcen andererseits spiegelt sich in den Anliegen von vielen Führungskräften stark wider.“

Vertriebsleiter: „Ich teile diese Beobachtung mit Ihnen und möchte noch ergänzen dass auch die Aufgaben, z.B. Beratungen, deutlich mehr Know-How erfordern und dies bei deutlich reduzierten personellen Ressourcen.“

Umstrukturierungsprozesse sind zu leisten bei Fortsetzung eines zu 100 % ausgelasteten Routineprozesses, der erst langsam abgebaut wird.

Viele Führungskräfte beklagen die hohe Verantwortung und den hohen Zeitdruck, was sie als stark emotional belastend erleben.“

Vorstand: „Bei diesen Herausforderungen heißt es wir müssen uns mit Konzepten zur Stabilisierung der „Balance“ im Lebensalltag unserer Führungskräfte ausrüsten.“

Ihr Perfect Train Team:



Josef Bierl

NLP-Trainer, Systemischer Berater und Coach, besitzt langjährige Erfahrung in Training und Vertrieb. Er blickt als ehemaliger Berater der Consulting Gesellschaft im Bereich Geno-Banken auf nunmehr über 1.000 Coaching Gespräche im Echt-Kunden-Kontakt zurück.



Monika Lerchenberger

Team-Koordination und Planung, langjährige Erfahrung in Team- und Sekretariatsarbeit

Kontakt:

Perfect Train
Hohe Warte 6
92272 Freudenberg
Tel.: 09621 / 913147
Fax: 09621 / 913148
Mobil: 0172 / 9875233 oder
0172 / 8367320

mehr unter:

www.perfect-train.de

gleich bestellen:

Das Buch
„Balanceorientiertes Vertriebscoaching“ von Josef Bierl mit Tipps für mehr Erfolg bei Finanzverkäufem, neu erschienen im Gabler-Verlag!!

Vertriebsleiter: „Ja, wir brauchen Konzepte und Methoden um die Zuversicht, den Herausforderungen des Alltags gewachsen zu sein und den Glauben an sich selbst zu stärken, um die eigenen Gestaltungsmöglichkeiten zu zentralen Kompetenzen auszubauen.“

Denn diese Kompetenzen wachsen von innen und sind Ergebnis persönlicher Reifung, eines „In-sich-Ruhens“, eines als stimmig erlebten Lebens.

Es scheint so, als ob diese inneren Reifungsprozesse bei Leistungsträgern und Führungskräften wesentlich zur Bewältigung der oben beschriebenen Situation beitragen könnten.“

Vorstand: „Also, wenn wir unsere Führungskräfte nicht nur mit kurzfristigen Trainings- und Zeitmanagementseminaren betreuen wollen, müssen wir ihnen auch helfen, ihre eigene „Lifebalance“ optimieren zu können und ihnen Möglichkeiten aufzeigen, wie Sie den Umgang mit Disstress lernen können und damit ggf. auch Einfluss auf ihren Lebensstil zu nehmen um damit auch der Gesundheit gerecht zu werden.“

Vertriebsleiter: „Ja, wir wollen jetzt nicht nur mit kurzgreifenden Trainings sondern mit einem „Lifebalance-Konzept“ an diese Themen herangehen. Der Transfer von Gesundheit, emotionaler Stabilität und mit sich im Einklang sein basiert auf den Aussagen von A. Antonovsky, der dabei mehrere Vorannahmen bündelt:

1. Krankheit und Gesundheit sind nicht als Dichtomie, sondern als ein Kontinuum zu verstehen.
2. Menschen sind nur in ihrer gesamten Geschichte zu verstehen.
Krankheitsentstehung ist nicht nur eine Frage der „Auslösung“ einer Krankheit sondern sie ist auch verbunden mit den Bewältigungsmöglichkeiten des Menschen.
3. Die Entstehung von Krankheit und die Entstehung von Gesundheit sind in ihrer Beziehung komplementär.
4. Stressoren werden nicht als etwas „Unanständiges“ verstanden, die vermieden werden müssen, sondern als allgegenwärtige Herausforderungen. Die mehr oder weniger erfolgreiche Auflösung der Anspannung entscheidet über die gesundheitlichen Auswirkungen.

Zentral in diesem Modell ist das Gefühl von Stimmigkeit, das Menschen ihrem eigenen Leben gegenüber empfinden, für ihr eigenes Leben erzeugen können. Menschen bleiben eher auf der Seite größerer Gesundheit, wenn sie ihr Leben in den wesentlichen Bezügen als „stimmig“ kohärent erleben, einfach „Gut aufgestellt im Leben zu sein“ oder „Es ist alles bei sich in richtiger Ordnung“.

Ergänzt wird dieses Modell um das der „Widerstandsfähigkeit“ nach Emmy Werner, dass eine Wechselwirkung zwischen den individuellen Prägungen, also durch die genetische Ausstattung, und der Fülle an prägenden Lebenserfahrungen unterstellt. Den konkreten sozialen Kontexten in denen die Herausforderungen entstehen, und der Gesamtheit der protektiven Einflüsse, also von den individuellen Bewältigungsstrategien über die stützenden sozialen Beziehungen bis hin zur Verfügbarkeit von Ressourcen.“

Vorstand: „Können wir da zuerst noch einmal mehr dazu hören, bzw. eine Methode kennenlernen?“

Vertriebsleiter: „Ja das können wir, nämlich

Das Team von „**Perfect-Train**“ bietet am

23. Juli 2009 in der Zeit von 9.30 Uhr bis 14.00 Uhr

einen **Infoworkshop im Kolpinghaus in Regensburg** an.

Dieser Workshop wird Infos aus medizinischer Sicht zum Thema „*Fit mit sich = mein persönlicher Erfolgshit!*“ (Wie erhalte ich meine Gesundheit?) enthalten.

Darüber hinaus werden Präsentationen und Demonstrationen zum Thema „*Gut aufgestellt für den Platz im Leben*“ dargeboten, wobei systemische Echtaufstellungen zu mitgebrachten Anliegen erlebt werden können.

Außerdem werden Schauspieler aus ihrer Sicht den Workshop aufhellen, um auch den Humor bei aller Ernsthaftigkeit nicht zu vergessen.

Zu guter Letzt erhält jeder Teilnehmer einen „Survival Kit“ um seinen Lebensalltag besser optimieren zu können.“

Vorstand: „Klingt interessant? Melden Sie uns doch gleich mal an. Wann und wo ist das noch mal?“

Vertriebsleiter: Wann: *23. Juli 2009*

Wo: *Kolpinghaus Regensburg, Adolf-Kolping-Str. 1, 93047 Regensburg*

Zeit: *von 9.30 Uhr bis 14.00 Uhr*

Wer: *Vorstände, Führungskräfte und alle die an innerem Einklang und Stimmigkeit interessiert sind*

Anmeldung: *Josef Bierl, Perfect Train, www.perfect-train.de*