

IEMAS Selbstsicherheitscoaching für Führungskräfte

„Gelebte soziale und konservative Werte in einem modernen Ideengewand“



In einer immer **komplexeren und schnelllebigeren Welt** wird es in meinen Augen von Tag zu Tag wichtiger, dass gerade Führungskräfte ihre jeweiligen **Schlüsselqualifikationen** ausbauen, optimieren und miteinander sinnvoll vernetzen, um auch in der Zukunft noch den Herausforderungen der Zeit, in der **Globalisierung** ein immer wichtigeres Thema gerade im Wirtschaftsleben werden wird, nicht nur gewachsen zu sein, sondern diese Entwicklungen für sich positiv nutzen zu lernen.

Denn **Komplexität und Globalisierung** sollten in der Zukunft **keine Feindbilder** für die einzelne Führungskraft darstellen, sondern als **Chance** vom einzelnen verstanden werden, um im maximalen individuellen Sinne, persönlich **kreativ und innovativ** zu sein!

Dadurch wird man durch sein persönliches Wirken zum **aktiven Mitgestalter und Entwickler der Zukunft** im positiven Sinne und nicht zum **passiven Zuschauer**, der sich über die Folgen der Zeit aufregt und beklagt, ohne selbst aktiv mitgestaltet zu haben innerhalb des persönlichen Wirkungsfeldes!

Denn **zuschauen kann jeder, aber gestalten im positiven Sinne ist eine hohe Kunst**, die eine große Portion **Mut, Kraft, Arbeit, Fleiß, Geduld und vor allem Herz und Passion** erfordert!

Somit wird es in meinen Augen immer wichtiger, dass genau diese **Schlüsselqualifikationen** bei Führungskräften im speziellen geschult, ausgebaut und optimiert werden, um den jeweils vertretenen Betrieb bzw. das Unternehmen auch in der Zukunft im weltweiten Vergleich **konkurrenzfähig** zu erhalten und die **richtigen Richtungsentscheidungen** diesbezüglich schon heute in die Wege zu leiten!

Um dies zu erreichen, habe ich mir viele Jahre Gedanken gemacht, in wieweit sich **IEMAS** im positiven Sinne in diesen Prozess der **Schulung von Führungskräften** sinnvoll einbringen kann und ich werde ihnen im folgenden Text kurz skizzieren, wie die **positiven Effekte eines IEMAS – Coachings für**

Führungskräfte aussehen und was dies im allgemeinen wie im speziellen für den Einzelnen an positiven Erfahrungen und Erkenntnissen mit sich bringt!

Und nun zu den **allgemeinen Folgen und Effekten** unseres IEMAS – Coachings:

In einer immer **komplexeren Welt** werden die **Anforderungen**, die gerade von Führungskräften bewältigt werden müssen, von Jahr zu Jahr **größer und anspruchsvoller!**

Somit wird es in meinen Augen für jede Führungskraft immer wichtiger im **Zeitalter der Globalisierung**, dass die einzelnen **Schlüsselqualifikationen**, um der jeweiligen Aufgabe auch morgen noch gewachsen zu sein, in einem **kontinuierlichen Prozess** stetig verbessert und aufs Neue optimiert werden!

Diesbezüglich liefert unser „**IEMAS – Coaching für Führungskräfte**“ einen wichtigen Beitrag, da durch diese eine entsprechende Schulung, Verbesserung und Optimierung der so genannten **Schlüsselqualifikationen bzw. Kernkompetenzen** von Führungskräften aller Art bewirkt wird!

Zu nennen ist zu Beginn die **Multitaskingfähigkeit in Stresssituationen**.

Diese wird innerhalb unseres IEMAS – Coachings hergestellt, verbessert bzw. optimiert durch entsprechende Trainingsformen, die zum einen die **individuelle Stressresistenz** in Krisensituationen und zum anderen die **Eigen- wie Fremdwahrnehmung** verbessern bzw. optimieren.

Die **individuelle Stressresistenz** sowie die Verbesserung der **Eigen- wie Fremdwahrnehmung** halte ich für entscheidende Schlüsselqualifikationen jeder Führungskraft in der heutigen Zeit!



Individuelle Stressresistenz:

Im Gegensatz zur individuellen Stressresistenz stehen Phänomene und Verhaltensweisen wie z.B. der **persönliche Tunnelblick** und **Kontrollverluste sowie Einschränkungen in der persönlichen Handlungsfähigkeit** in Stresssituationen. Als Beispiele kennt sicherlich jeder Verhaltensweisen wie z.B. **vor Angst erstarrt zu sein** oder **vor Wut rot zu sehen**.

Weiterhin **verschieben sich die persönlichen Grenzen** im positiven Sinne durch fordernde Momente im Trainingskontext, was die persönliche Stressresistenz und **Coolness** sehr positiv stimuliert.

Dabei ist es jedoch so, dass das Training zwar **fordernd aber nicht überfordernd** für den einzelnen Coachingteilnehmer sich gestaltet, wodurch ein **optimaler persönlicher Lerneffekt** jeweils erzielt wird!

Die persönliche Stressresistenz und Verarbeitung von Stress im positiven Sinne wird im körperlichen Sinne noch dadurch erzielt, dass entsprechende **Kraft- wie Konditionsbausteine** innerhalb des Trainings eingebaut werden und diese dann wiederum an den individuellen Möglichkeiten des Einzelnen sich orientieren, um niemanden zu überfordern oder gar vorzuführen!

Diese körperlichen Komponenten führen mittelfristig wie langfristig **physiologisch** zu sehr positiven Effekten beim Einzelnen. Zum einen verringert sich die **Ausschüttung von Stresshormonen** wie **Adrenalin und Cortisol** und zum anderen wird ein Teil der **Stressrezeptoren** innerhalb der Zellen des einzelnen **geblockt**, wodurch die Stresshormone nicht mehr eine so starke Wirkung beim einzelnen erzielen können.

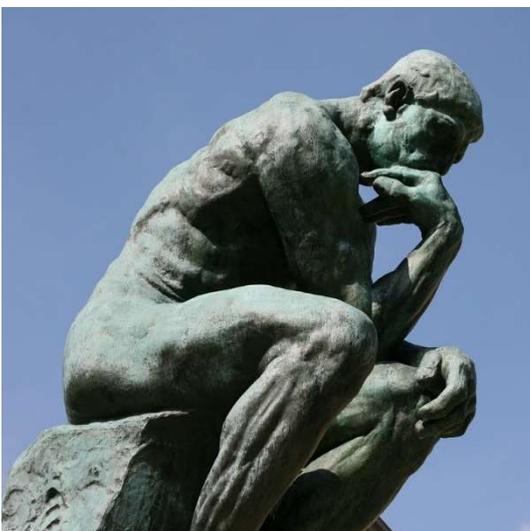
Dies führt in Stresssituationen aller Art dann dazu, dass der einzelne wesentlich **ruhiger und besonnener** mit der Situation umgeht und er somit **handlungsfähig** bleibt.

Außerdem kommt es zu einer erhöhten Ausschüttung vom Hormon **Testosteron**, was sich wiederum sehr positiv gerade jenseits der 30 auf das persönliche **Muskelwachstum** sowie andere Lebensbereiche auswirkt.

Weiterhin führen die Trainingsbausteine zu einer **besseren Durchblutung** und **Sauerstoffversorgung** des Körpers, wodurch die Leistungsfähigkeit des Körpers und des **Gehirns** sehr stark stimuliert wird. Dies äußert sich z.B. in einer **verbesserten Konzentrations- und Gedächtnisleistung**.

Zudem kommt es in der Regel zu einer **natürlichen Gewichtsreduktion** und zu einer **Umwandlung von Fettgewebe in Muskulatur**, was die persönliche Leistungsfähigkeit nachhaltig unterstützt.

Weiterhin wird so einer der **Hauptrisikofaktoren** z.B. für Arteriosklerose, Herzinfarkt, Krebs, Magen-Darmerkrankungen, psychische Erkrankungen, Allergien....auf ein Mindestmaß reduziert, was sicherlich im Sinne fast jeden Menschen ist!



Verbesserung und Optimierung der **Fremd- und Eigenwahrnehmung**:

Durch unser IEMAS – Coaching für Führungskräfte verbessert sowie optimiert sich zudem die Fremd- wie Eigenwahrnehmung durch eine spezielle **Sinnesschulung im ganzheitlichen Sinne**.

Dabei kommt es zu einer speziellen Schulung der **Optik** gerade unter einem positiven Stressmoment und einer Schulung der **Haptik**, d.h. dem Gefühlssinn und einer Verbindung bzw. **Symbiose beider Basissinne!**

Gerade in einer von **der Optik sehr stark geprägten Gesellschaft** ist es natürlich für jeden Menschen von Vorteil, wenn diese nachhaltig und im speziellen gerade in Bezug auf Stressmomente aller Art geschult wird!

Weiterhin ist es von großem Vorteil, wenn der Gefühlssinn durch spezielle Trainingsformen verbessert bzw. optimiert wird!

Denn gerade in extremen Krisensituationen des täglichen Lebens ist es meiner Meinung nach immer von Vorteil, wenn viele geschulte Sinne am **Entscheidungsfindungsprozess** beteiligt sind und nicht nur ein Basissinn, der gegebenenfalls noch nicht einmal sich als **Krisenfest** erweist, wenn es darauf ankommt!

Dadurch kommt der einzelne schneller, gezielter und wesentlich effizienter in meinen Augen zur Lösung solcher Krisenfelder, was in Arbeitsprozessen sowie im ganz normalen Lebensalltag natürlich von unschätzbarem Wert ist!

Dies kommt Führungskräften aller Art explizit zu Gute, da diese tagtäglich eine Unmenge von Krisensituationen innerhalb ihrer Tätigkeitsfelder erfolgreich zu meistern haben!

Gerade der **Gefühlssinn verkümmert** in einer immer mehr **vom Kopf bestimmten Welt** zusehends, was meiner Meinung nach sehr fatal ist, da dieser Sinn einem gerade in Krisensituationen häufig viel gezieltere Informationen und Lösungshilfen anbieten kann als dies z.B. der Kopf in Verbindung mit der Optik tut!



Durch unser IEMAS – Coaching kommt es durchweg zu einem Einstieg, einer Verbesserung oder Optimierung gerade des **individuellen Gefühlssinns!**

Die **Verbalisierung** von den jeweils im IEMAS – Coaching erfahrenen und erlebten sensitiven Eindrücken führt dann in der logischen Folge zur **Verbalisierung und Benennung von persönlichen Gefühlszuständen** aller Art!

Dadurch wird gerade das individuelle **innere Gefühl** gestärkt und optimiert!

Es erfolgt ein positiver Einstieg in das jeweilige **persönliche Gefühlsgemisch** bzw. dieser schon vorhandene Prozess wird nachhaltig unterstützt und sehr positiv stimuliert!

Somit werden dann auch die **Entscheidungen** des einzelnen mehr und mehr geprägt werden von einer **Ganzheitlichkeit der Sinne**, d.h. der **Symbiose von individueller Sensitivität in Verbindung mit der kognitiven Instanz**, was bei sehr vielen Menschen eher selten bis gar nicht zum Zuge kam!

Das heißt nicht, dass die Entscheidungen, die der einzelne bisher getroffen hat, nicht gut waren, aber gut heißt gerade in einer immer komplexeren Welt gerade langfristig nicht immer gut genug!

Dabei sollte man sich in meinen Augen dann nicht nur auf seinen Kopf, d.h. seine kognitive Instanz verlassen, sondern eine Verbindung schaffen in optimierter Form zu weiteren Basissinnen, die in meinen Augen nicht ohne Grund in uns als Mensch verankert sind!

Denn **Menschen sind keine Maschinen** und sollten es in meinen Augen auch nicht anstreben so zu werden, da sonst dieser Welt sehr viel **Entwicklungspotential, Farbe** und nicht zu vergessen **Wärme** verloren gehen würde!

Weiterhin verbessert sich natürlich durch die entsprechende Sinnesschulung unseres IEMAS – Coachings die **persönliche Empathiefähigkeit** durch die Verbesserung bzw. Optimierung der individuellen Sensitivität, die wiederum zu einem intensiveren und ganzheitlicheren Umgang mit sich wie seiner Umwelt in der Folge führt!

All die beschriebenen Phänomene bilden dann einen guten Einstieg darin, **Geist, Körper und Seele in Einklang zu bringen** bzw. diesen Prozess im individuellen Sinne zu optimieren, wenn er schon eingeleitet wurde!



Kommunikation:

Und nun kommen wir zum Begriff der **Kommunikation**, der innerhalb unseres IEMAS – Coachings für Führungskräfte eine zentrale Bedeutung hat.

Wie zuvor schon beschrieben, kommt es innerhalb unseres IEMAS – Coachings zu einer **Verbalisierung** von erfahrenen und erlebten sensitiven Eindrücken im Umgang mit unseren Trainingsbausteinen und dem jeweiligen IEMAS – Coach. Dies führt dann in der logischen Folge zur Verbalisierung und Benennung persönlicher Gefühlszustände aller Art, wodurch der Umgang mit einem selbst wie seiner Umwelt sich beim einzelnen in der Folge wesentlich unkomplizierter gestalten

wird!

Dies liegt daran, da eine **Kommunikation** auf ganz neuen Ebenen geführt werden kann bzw. die schon vorhandenen Kommunikationsbausteine qualitativ eine Veredlung bzw. Optimierung erfahren!

Dieser Prozess wird maßgeblich noch durch das Stilmittel des **offenen Dialogs**, der vom IEMAS – Team schon seit vielen Jahren mit großem Erfolg gepflegt wird, unterstützt!

Denn die **Offenheit und Ehrlichkeit**, die das IEMAS – Team untereinander sowie im Umgang mit den Coachingteilnehmern an den Tag legt, führt in der Regel auch zu einer Portion mehr Offenheit und Ehrlichkeit bei allen Coachingteilnehmern innerhalb des Coachingformats!

Gerade diese **Offenheit und Ehrlichkeit**, die dann sehr viel mehr von allen Teilnehmern an den Tag gelegt wird, wird dann zu einem sehr wichtigen **Wachstumskatalysator** für jeden Coachingteilnehmer!

Diese Erfahrungen im Umgang mit dem **offenen Dialog** mit sich wie seiner Umwelt führen dann auch bei vielen IEMAS – Coachingteilnehmern dazu, dass sie dieses Stilmittel sehr erfolgreich auf ihren **normalen Lebens- und Arbeitsalltag übertragen!**



Weiterhin pflegen wir innerhalb unserer Trainingsgemeinschaft den **sachorientierten** und **nicht den personenorientierten Kommunikationsstil**, d.h. es geht uns um die Sache und nicht um die Person!

Denn viele Diskussionen und Kommunikationsfelder gelangen häufig sehr schnell von der **Sachebene** zur **persönlichen Ebene**, was die Sache und in der Folge auch die daran beteiligten Personen nur sehr wenig bis überhaupt nicht weiterbringt!

Eng damit verbunden ist die Fähigkeit, **Kritik** in einer **angemessenen Form** zu äußern, d.h. eben nicht persönlich zu werden, sondern immer an der Sache orientiert zu sein!

Dies fällt vielen Menschen in der heutigen Zeit sehr schwer, ist aber recht schnell von jedem erlernbar, wenn man daran interessiert ist und das Ganze mal in gelebter Form präsentiert bekommt, was bei unserem Coaching stetig durch unsere IEMAS – Coaches passiert!

Kritik wird dort von den Coaches in **sachlicher, liebevoller**, aber trotzdem **bestimmter Form** klar und deutlich geäußert, was zu sehr viel **Transparenz, Offenheit und Ehrlichkeit** während unserer Coachings führt!

Individuelle Stärken und **Qualitäten** werden klar benannt und **Trainingsfelder** werden im positiven Sinne verbalisiert und in Angriff genommen!

Dieses spezielle **Lernklima** und diese besondere **Lernatmosphäre** führen zu einem **maximalen individuellen Trainings- und Lerneffekt** beim einzelnen Teilnehmer, was jedem eigentlich von Beginn an bewusst wird!

Ein weiterer Punkt, der mit der **sachorientierten Kritikfähigkeit** einhergeht, ist der Punkt des **aktiven Zuhörens!**

Dies ist häufig die **Grundlage** für erfolgreiche sachorientierte Kommunikation!

Denn viele Menschen hören sich eigentlich nur selbst gerne reden und sind überhaupt nicht mehr in der Lage, den anderen in einer Diskussion zu Wort kommen zu lassen, ausreden zu lassen oder ihm die Chance zu lassen, sich aktiv am Gespräch zu beteiligen!

Dieses **aktive Zuhören** wird innerhalb unserer Coachings in speziellen Trainingsformen erlernt und eingeübt, was sich wiederum sehr nachhaltig auf die Coachingteilnehmer in der Folge auswirkt im Umgang mit der persönlichen Umwelt!

Ein weiterer wichtiger Coachingbaustein ist der Punkt der **Körpersprache** und der **Körperhaltung**, die von einem selbst wie dem Gegenüber an den Tag gelegt werden!

Zum einen werden dem Coachingteilnehmer Lehrinhalte vermittelt, um die Körpersprache und die einzelnen Körperhaltungen, die seine jeweilige Umwelt an den Tag legt, besser zu lesen, zu deuten und dann die richtigen Schlüsse daraus zu ziehen!

Zum anderen werden ihm Handlungsmaximen und Vorschläge gemacht, um auch die persönliche Körperhaltung sowie Körpersprache gerade in Stresssituationen aller Art zu verbessern und zu optimieren!

Zudem werden innerhalb unserer Coachings **Strategien und Taktiken** dem einzelnen Coachingteilnehmer praktisch vermittelt und vorgestellt, um den persönlichen Kommunikationsstil und die individuellen Kommunikationsmöglichkeiten gerade in Stress- und Krisensituationen zu steigern, zu verbessern und zu optimieren!

Vorgestellt wird z.B. die Tit for Tate Strategie, die gerade in Krisensituationen als Grundlage für den persönlichen Kommunikationsstil dienen kann und innerhalb der Coachings dann mit praktischem Leben gefüllt wird.



Gewinnermentalität wird verbessert bzw. optimiert:

Eine weitere Folge des Trainings ist die Verbesserung bzw. Optimierung der **individuellen, sachorientierten Gewinnermentalität**.

Durch spezielle Trainingstools werden **persönliche Grenzen** des einzelnen im positiven Sinne nach Oben **verschoben** und in der Folge **sinkt** die persönliche **Aufgabementalität** des einzelnen gerade in Krisensituationen!

Zudem verbessern sich die persönlichen **Nehmerqualitäten** im praktischen wie übertragenem Sinne, was eine ganz

neue **Standfestigkeit, Belastbarkeit und Robustheit** in allen Lebensbereichen nach sich zieht!

Persönliche Kritikfähigkeit ist in der Folge kein Fremdwort mehr und der einzelne entwickelt eine **gesunde Mischung von Geben und Nehmen** im Umgang mit sich wie anderen Menschen!

Weiterhin lernt man über entsprechende Trainingsformen ein **Gefühl für den richtigen Moment** zu entwickeln, da dies häufig der entscheidende Faktor über Sieg oder Niederlage in Krisensituationen aller Art darstellt!

Eng damit verbunden ist die Fähigkeit, die **richtigen Prioritäten** gerade in einem kurzen Zeitmoment in einer Krisensituation zu setzen, d.h. wiederum **das Richtige im richtigen Moment mit der richtigen Dosierung zu tun** bzw. in die Wege zu leiten!

Dazu eignen sich vor allem optische und sensomotorische Trainingsbeispiele, um dem einzelnen ein Gefühl für das **richtige Timing unter Stress** zu vermitteln und zu verdeutlichen!

Diesbezüglich wird auch darüber gesprochen werden, was den **Gewinnertyp** in der Regel vom **Verlierertyp** unterscheidet, wenn es darum geht, sich mit **persönlichen Niederlagen** auseinanderzusetzen, sich mit diesen zu arrangieren und im positiven Sinne etwas daraus für die Zukunft zu lernen.

Denn **Niederlagen und Verluste** gehören einfach zum Leben, die Frage ist halt, was das mit einem persönlich macht und wie der einzelne damit umgeht!

Häufig unterscheiden sich **Gewinnerpersönlichkeiten** von ihrer Umwelt nur dadurch, dass sie **nach Niederlagen direkt wieder aufstehen!**

Weiterhin versuchen sie **aus den Fehlern der Vergangenheit zu lernen** und ihre Schlüsse zu ziehen, um zu verhindern, dass sich die Geschichte an anderer Stelle nochmals wiederholt!

Denn jede **Niederlage** stellt auch eine **Chance zur persönlichen Evolution** da, wenn man bereit ist, sich mit dieser sachorientiert und möglichst wertfrei auseinanderzusetzen!

All diese Coachingbestandteile führen dann beim einzelnen zu einer verbesserten bzw. optimierten **sachorientierten Gewinnermentalität**, die einem sowohl im privaten wie beruflichen Alltag als **positiver Partner** zur Seite steht! Dies mündet in eine Verbesserung und Optimierung des



persönlichen **Selbstwertgefühls, Selbstvertrauens und Selbstsicherheit**, wodurch sich die persönliche Wirkung auf andere signifikant verbessert, was sicherlich auch im Berufsleben kein Nachteil ist!



Und nun zu den **speziellen Effekten und Folgen** unserer Coachings:

Dabei handelt es sich um eine Reihe von **positiven Effekten** innerhalb unserer IEMAS – Coachings für Führungskräfte, die ganz **individuell je nach Entwicklungs- und Erfahrungsschatz** schon **vorhandene Schlüsselqualifikationen** im privaten wie beruflichen Bereich positiv stimulieren, unterstützen, verbessern und optimieren!

Diesbezüglich war es mir nicht möglich die einzelnen Punkte chronologisch bzw. nach Wichtigkeit zu ordnen und ich fand es vor allem auch nicht besonders sinnvoll, da **jeder Coachingteilnehmer mit einer anderen bzw. sehr**

individuellen Ausgangs- und Bedürfnissituation an unseren Coachings teilnimmt!

Was der eine schon kennt, ist für den anderen Neuland und umgekehrt und was der eine schon erlebt bzw. erfahren hat, erschließt sich für den anderen zum ersten Mal über unsere Coachings! Dabei ist jedoch zu bedenken, dass **kennen und können** ein kleiner, aber feiner Unterschied darstellen und in meinen Augen die persönlichen Schlüsselqualifikationen nicht gut genug sein können, um auch morgen noch den Herausforderungen der Zeit gewachsen zu sein!

Somit **liegt das Neue häufig im Vertiefen des schon Vorhandenen!**

Denn in der Regel ist der einzelne nicht mal einfach so zur Führungskraft geworden, sondern dem Ganzen ging ein **längerer Prozess** voraus, in dem sich der einzelne durch bestimmte **Schlüsselqualifikationen** im Vergleich zu seinen Mitbewerbern im Besonderen hervorgetan hat!

Und genau bei diesen individuell **schon vorhandenen Stärken** setzen wir an bzw. bauen darauf auf, da eine Verbesserung genau dieser individuellen Stärken in der Folge dazu führt, dass man vielleicht eher bereit ist, auch mal an seinen **persönlichen Trainingsfeldern** zu arbeiten!

Denn bei vielen **Coaching- und Seminartypen im Managementbereich** wird einem immer nur aufgezeigt, **was man noch nicht kann bzw. was man noch lernen soll oder muss**, anstatt den Fokus mal auf die Dinge zu richten, die bei einem persönlich schon sehr gut funktionieren bzw. die als herausragend zu bezeichnen sind im Vergleich zu seinen Mitmenschen, da genau diese Stärken in meinen Augen einen zu einer Führungskraft machen, die vor allem auf Grund ihrer **natürlichen Autorität** im positiven Sinne hervorsteht!

Diesbezüglich lautet das **Ziel unseres Coachingteams** eben nicht, den Coachingteilnehmern irgendetwas über zu stülpen, was gegebenenfalls überhaupt nicht zu ihnen passt, sondern **mit ihnen zusammen im offenen Dialog eine individuelle Strategie für die Zukunft zu erarbeiten**, um auch im

späteren Leben die Abenteuer meistern zu können, die sich im jeweiligen Lebens- und Arbeitskontext so stellen!

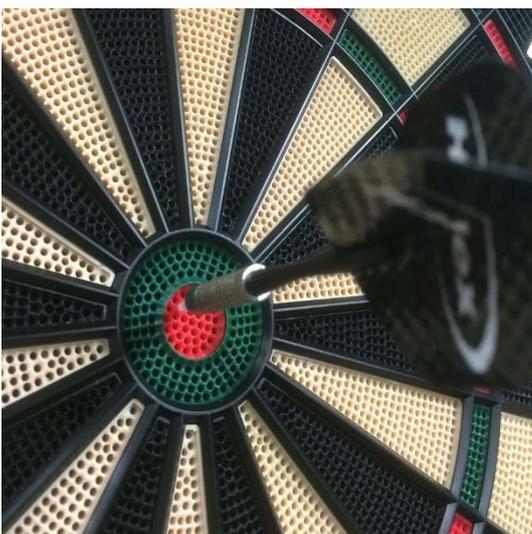
Somit soll für den einzelnen Coachingteilnehmer **keine neue Basis** für die Bewältigung von Krisensituationen geschaffen werden, sondern auf den individuell schon vorhandenen Stärken des einzelnen aufgebaut und die jeweiligen Trainingsfelder im Schlepptau der Stärken spielerisch und im positiven Sinne bearbeitet und modelliert werden!

Weiterhin gibt es bei unseren Coachings **keine Patenrezepte oder Universallösungen**, da jeder Mensch anders ist und es vermessen wäre zu glauben, dass das, was für den einen passt, auch eins zu eins für den nächsten gilt und umgekehrt!

Dementsprechend wird mit jedem Coachingteilnehmer innerhalb der jeweiligen IEMAS – Coachingformate daran gearbeitet, dem einzelnen einerseits seine **individuellen Stärken** bewusst zu machen und zum anderen dann auszubauen bzw. jeweils zu optimieren!

Zudem wird an den jeweiligen Trainingsfeldern des einzelnen innerhalb unserer Coachingformate gearbeitet, was aber im Gegensatz zu vielen anderen Coaching- und Seminarformaten aus dem Managementbereich, nicht der Hauptbestandteil unserer IEMAS – Coachings für Führungskräfte darstellt!

Diese **individuelle Lernatmosphäre** ist ein wesentlicher **Katalysator für maximalen, persönlichen Lernfortschritt**, und diesem Punkt wird schon im **Namen unseres Coachingsystems** Rechnung getragen, d.h. **der Name ist Programm**, was natürlich auch ausnahmslos für unsere Führungcoachings gilt!



Auf Grund unseres Trainings steigt in der Regel die **persönliche Belastbarkeit und Robustheit**, wodurch die **Qualität und Quantität** der persönlich von der jeweiligen Führungskraft geleisteten **Arbeitsleistung** dann tagtäglich positiv stimuliert wird.

Zudem werden **Schlüsselqualifikationen** wie **Fleiß, Kontinuität, Beständigkeit, Beharrlichkeit und Ausdauer** systematisch innerhalb unserer Coachings ausgebaut, was ich für sehr wichtig halte, da diese Attribute zu meist über das Gelingen oder Nichtgelingen des persönlichen Werdegangs im Arbeitsleben entscheiden, halt **ohne Fleiß kein Preis bzw. vor den Erfolg hat Gott die Arbeit gesetzt!**

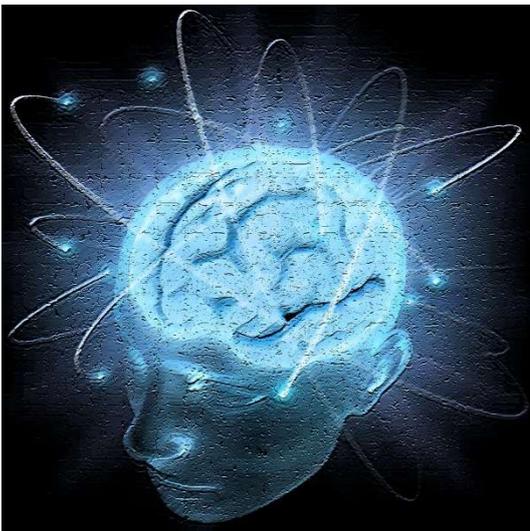
Dabei werden innerhalb unserer Coachings jedem Teilnehmer **Trainingsmodelle** vermittelt, wie der einzelne sich individuell und systematisch aufbauen kann, um seine **persönliche Leistungsfähigkeit** zu verbessern bzw. zu optimieren!

Unsere Coachingformate sind auf **Langfristigkeit, Kontinuität** und **systematischen, individuellen Fortschritt** ausgerichtet, was damit einhergeht, dass persönliche Entwicklung immer nur **Schritt für Schritt** nach vorne geht.

Leitmaxime ist, dass es **keinen Lift zum Erfolg** gibt, sondern dass man Schritt für Schritt die Treppe gehen muss, die zum Erfolg führt!

Die wichtigsten Talente dabei sind **Durchhaltevermögen, Geduld, eine gesunde persönliche Erwartungshaltung und eine Portion Glaube an sich und seine Fähigkeiten!**

Weiterhin ist gerade für **Talentierte** aller Art die Fähigkeit kontinuierlich zu arbeiten sehr wichtig, da diese Menschen sonst nur selten bzw. nie in den Bereich kommen, das **Maximum ihres Potentials** gerade unter Druck abrufen zu können bzw. zu entfalten!



In einem weiteren Coachingbaustein wird an der **persönlichen Aufmerksamkeit, Beobachtungsgabe und Konzentration** über entsprechende Trainingstools gearbeitet, was einem als Führungskraft gerade in Stresssituationen ganz neue Möglichkeiten verschafft.

Dies geschieht z.B. über das **Freiwerden ganz neuer Aufmerksamkeitsressourcen** oder der **Fähigkeit, sich über viele Stunden konzentrieren zu können!**

Über eine verbesserte **Beobachtungsgabe** ist es dann auch möglich einerseits seinen Blick besser auf **Details** richten zu können, da das Besondere häufig sich in Kleinigkeiten und dem Einfachen verbirgt. Andererseits wird über entsprechende Trainingsbausteine nicht der **Blick für die Gesamtsituation** aus den Augen verloren, was parallel dann in einem abläuft.

Zudem benötigt der einzelne über entsprechende Trainingsmethoden dann **immer weniger Informationen**, um eine komplexe Situation zu lesen und dann erfolgreich zu bewältigen über einen entsprechend trainierten und **vernetzten Sinnesapparat**.

In einem weiteren Coachingbaustein geht es um die **Eigenschaft zu machen anstatt „nur“ darüber zu reden!**

Dieser Punkt bekommt über unsere sehr praktisch angehauchten Coachings für viele eine ganz neue Bedeutung und der **persönliche Fokus** wird dann in der Folge sehr genau auf den

persönlichen Lebensalltag gerichtet, um zu überprüfen und zu schauen, wie bei einem persönlich so die **Gewichtung im täglichen Tun** so gesetzt ist!

Eng damit verbunden ist die **Fähigkeit aktiv sich ins Leben einzubringen**, was eigentlich jede Führungskraft ausmachen sollte. Dabei ist jedoch wichtig, die **richtige Mischung** zu finden in Symbiose mit dem persönlichen Lebens- und Arbeitsumfeld, d.h. man sollte nicht alles alleine machen wollen bzw. alles anderen überlassen, sondern die **goldene Mitte** zwischen beiden Positionen stetig aufs Neue ausloten!

Dies führt dann in der Folge zu einer ganz neuen **Zufriedenheit** von sich und seinem Umfeld, wodurch jeder seine **Aufgaben** hat, aber gleichzeitig auch seine **Freiheiten**, was gerade auf Dauer für alle Beteiligten von sehr großer Wichtigkeit ist!

Genau dieses **Maß** bzw. die entsprechende **Gewichtung des Tuns** für sich wie im Umgang mit anderen ist ein wichtiges Thema unserer Coachings.

Begriffe wie **Teamfähigkeit, soziales Miteinander und nicht Gegeneinander, Sozialkompetenzen, Sozialethik, Empathiefähigkeit, Integrität, Ehrlichkeit, Redlichkeit und Verlässlichkeit** bekommen durch unsere Coachings sehr viel **Plastizität** und praktischen Gehalt, **da unsere Coachings wie unsere IEMAS – Organisation genau auf diesen sozialetischen Werten basieren!**



Innerhalb unserer Coachings wird es dann z.B. darum gehen, die Fähigkeit zu entwickeln bzw. auszubauen, **nicht sich, sondern der Sache und dem Team zu dienen.**

Einer unserer Trainingsgrundsätze lautet, dass **jeder mit jedem trainiert**, da jeder etwas vom anderen lernen kann, wenn er bereit ist eine **Symbiose** mit diesem einzugehen!

Man lernt sich innerhalb der Coachings als **Teil des Ganzen** zu verstehen und läuft eben nicht außen vor, wie dies sonst häufig gerade im Führungsbereich gerne passiert, sondern wird aktiv in alle Coachingbestandteile einbezogen!

Dabei kommt es während unserer Coachings zu einem **Erleben von sozialem Miteinander**, wodurch eine **soziale Handlungsweise**, in ein ganz neues positives Licht gerückt wird.

Das positive Erleben des **Teamgedankens** bzw. **an einem Strang zu ziehen** bekommt ein ganz neues Gewicht im Gegensatz zum **Einzelkämpfertum**, was in der heutigen Zeit immer häufiger in allen Lebens- und Arbeitsbereichen anzutreffen ist!

Dies führt in der Folge zu einem anderen **Menschenbild** und zu einem anderen Umgang mit der persönlichen Umwelt.

Schubladendenken, Klischees und Stigmatisierungen, die gegebenenfalls vorhanden sind, werden bewusst gemacht und können in der Folge des Coachings dann systematisch abgebaut werden, wenn man bereit ist, seinen Fuß mal vor seinen **persönlichen Elfenbeinturm** zu strecken.

Die Coachings dienen diesbezüglich als guter Einstieg, Verbesserung und Optimierung, um dem Ganzen auch im normalen Leben praktischen Gehalt zu verleihen und einen gewissen „**Teamegoismus**“ zu entwickeln, d.h. **maximaler, individueller Fortschritt** durch die Bereitschaft sich in den Dienst der Sache und des jeweiligen Teams zu stellen!

Weiterhin wächst die **Toleranz** und **Offenheit** anderen Menschen gegenüber, was im Training spielerisch eingeübt wird.

Dieser Punkt wird in der Zukunft gerade für Führungskräfte immer wichtiger werden, da sie innerhalb ihres Geschäftsbetriebes mit immer mehr Menschen in Kontakt treten werden, die aus den **unterschiedlichsten gesellschaftlichen Bereichen, Kulturen und Lebensverhältnissen** jeweils kommen!



Dies erfordert eine gute Portion **Offenheit und Mut**, um gängige **Klischees** und häufig durch **Erziehung** und **Lebensbedingungen** erworbenen **Ressentiments** zu überwinden.

Eng damit verbunden werden Begriffe wie **Achtung, Respekt, Hilfsbereitschaft, Höflichkeit, gesunde Erwartungshaltung** und **Geduld mit sich und seiner Umwelt** entsprechend mit praktischem Leben innerhalb unserer Coachingformate gefüllt!

Dies halte ich auch für dringend erforderlich, da solche **Werte** mehr und mehr in allen Bereichen unserer Gesellschaft einen **kontinuierlichen Abrieb** erlebt haben, wodurch unserer Gesellschaft sehr viel **Entwicklungspotential, Wärme** und eine **gute Portion Liebe** verloren hat!

Zudem spielen die Punkte **Vertrauen in sich und seine Umwelt** zu verbessern bzw. zu optimieren, das **Verhältnismäßigkeitsprinzip** und die **goldene Regel** eine wichtige Rolle innerhalb der einzelnen Coachingeinheiten.

Dabei wird zum einen daran gearbeitet, dass der Einzelne dazu in der Lage ist, **kollegial** mit seinem Partner einzelne Trainingstools zu gestalten. Diesbezüglich wird **persönlichen Kontrollverlusten** positiv entgegengewirkt vom Coachingteam, indem z.B. am **Abstopverhalten**, der **individuellen Contenance** und der **persönlichen Stressresistenz** gearbeitet wird.

Diese im Training jeweils bewusst gemachten und bewusst umgesetzten Verhaltensweisen führen zu einem **Klima des Vertrauens** und des **gegenseitigen Miteinanders**, wodurch der einzelne wiederum einen **maximalen individuellen Lernimpuls** bekommt!

Dies lässt sich dann auch auf den normalen Lebensalltag übertragen, da auch dort eine gewisse **Verhältnismäßigkeit** z.B. in Bezug auf die persönliche **Wortwahl** zumeist Wunder wirkt, um seine Mitmenschen wie Mitarbeiter im positiven Sinne zu **motivieren** anstatt sie mit seinen Worten und Tun zu **verängstigen**!

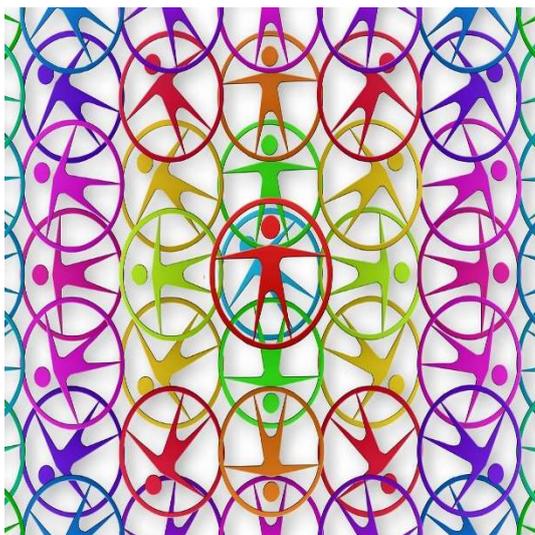
Denn ein **Klima der Angst** ist in meinen Augen **nicht der optimale Nährboden**, um optimale persönliche **Leistung** zu erzielen!

Dadurch nehmen sich auch viele Unternehmen sehr viel **Wachstumsimpulse**, da ihre Mitarbeiter sehr viele **Ressourcen gebunden** haben durch **Ängste**, die gerade von der Führungsetage tagtäglich gesetzt werden!

Somit sollte ein **moderater Umgangston** und nicht ein **militärischer Befehlstone** das jeweilige Unternehmen bestimmen, da es so zu einem **besseren Betriebsklima** langfristig gesehen kommt, was sich wiederum sehr positiv auf das **unternehmerische Gesamtergebnis** auswirken wird!

Und eben diese Werte werden in meinen Augen in der **Zukunft** immer mehr Bedeutung auch für das Wirtschaftsleben gerade in einer **globalisierten Welt** bekommen, da es schon heute schwieriger geworden ist für viele Betriebe und Unternehmen, ihre immer hochqualifizierteren Stellen mit entsprechenden Mitarbeitern zu besetzen.

Diesbezüglich ist der **Verteilungskampf** schon in vollem Gange, was in manchen Berufszweigen zu einem wahren **Mangel** an qualifizierten Bewerbern geführt hat!



Somit wird es meiner Meinung nach immer wichtiger mit der **Ressource Mitarbeiter gut und sozial umzugehen**, da die Konkurrenz zumeist schon in den Startlöchern sitzt, um den jeweiligen Arbeitnehmer zu sich abzuwerben, was heutzutage eben nicht mehr national zu sehen ist, sondern einen internationalen Charakter bekommen hat, wenn man sich bestimmte Berufsgruppen mal genauer anschaut!

Beim **Entscheidungsfindungsprozess** spielen dabei der **pekuniäre Aspekt** häufig gar nicht die Hauptrolle, sondern Dinge wie **Arbeitsklima, Teamgedanke, Betriebsphilosophie, Freiräume, um sich im positiven Sinne für die Sache bzw. den Betrieb einbringen zu dürfen**.

Ein weiterer Punkt, der in diesem Bereich eine wichtige Rolle spielen wird, ist der **Jugendwahn**, der heutzutage nahezu alle gesellschaftlichen Bereiche erfasst hat!

Diesbezüglich halte ich eine **ausgewogene Mischung zwischen Jung und Alt** für das beste Rezept, um einerseits ein **gutes Betriebsklima** zu schaffen und andererseits das **Gesamtergebnis** der einzelnen Unternehmen von Jahr zu Jahr zu optimieren!

Denn die **gelebten Erfahrungen und sozial-konservativen Werte**, die gerade ältere Mitarbeiter im Besonderen in die jeweiligen Unternehmen einbringen, werden in meinen Augen immer wichtiger in Bezug auf den von Jahr zu Jahr stärker werdenden **Verteilungskampf** auf dem Markt der Globalisierung!

Somit sollten gerade ältere Mitarbeiter wieder eine ganz **neue Wertschätzung** erfahren, was nicht nur für die Führungskräfte gilt, sondern für alle Bereiche des Arbeitsalltags gelten sollte!

Nicht das **biologische Alter** sollte über die Besetzung einzelner Stellen entscheiden, sondern der **Mensch** der jeweils dahinter steht!

Dabei sollte man bedenken, dass das **biologische Alter** häufig überhaupt nichts mit dem **tatsächlichen Alter** des Menschen zu tun hat!

Denn **Vitalität, hohes Engagement, Produktivität, Innovation, Kreativität, Idealismus, Mut...**sind Attribute und Kennzeichen, die zwar gerne mit **Jung sein und Jugend** gleichgesetzt werden, aber viel häufiger als man so denkt auch bei „älteren Semestern“ zu finden sind, wenn man mal bereit ist, sich dies im Detail jeweils anzuschauen!

Zudem sollte man nicht vergessen, dass eigentlich alle Betriebe und Unternehmen von Menschen gerade in den **obersten Führungsetagen** geleitet werden, die nicht gerade ihre Ausbildung oder Studium abgeschlossen haben, sondern zumeist zu den „**älteren Semestern**“ zu zählen sind!

Somit ist für mich persönlich auch nicht nachzuvollziehen, warum es immer mehr zu einer **Verjüngung** der einzelnen Unternehmen kommt und gerade ältere Mitarbeiter immer häufiger ausgemustert werden, obwohl sie dem Unternehmen wie der Gesellschaft noch so viel Positives geben könnten, wenn man sie nur ließe!



Ein weiteres Thema unserer Coachings, wie schon erwähnt, ist es mit **Stressmomenten** aller Art immer besser und **gelassener** umgehen zu lernen.

Diesbezüglich wird ein **natürlicher Umgang mit dem Phänomen Kampf** praktisch wie theoretisch innerhalb unserer Coachingformate eingeübt werden.

Weiterhin werden die Begriffe **Angst und Panik** im Detail betrachtet werden und spezielle Methoden innerhalb der Trainingsformen erläutert werden, wie man in Zukunft noch

besser **mit seinen Ängsten** gerade in Stresssituationen **umgehen lernt** und diese sogar als **positiven Begleiter** verstehen lernt!

Dies wird mit den Stilmitteln **spezieller Automatismen**, bestimmter **Motivationsformeln**, entsprechender **Ankerwörter** und weiterer Techniken an praktischen Beispielen verdeutlicht werden, die in der Folge dazu führen, dass man mit einer ganz neuen **Gelassenheit und Coolness** an Krisensituationen aller Art in seinem normalen Lebens- wie Arbeitsalltag in Zukunft herangehen wird!



Weiterhin wird ein bestimmtes **Gefahrenbewusstsein** entwickelt und vermittelt werden in den jeweiligen Trainingsbausteinen, auf die Punkte der **positiven Imagination** und des **kontrollierten Rückzugs** eingegangen werden und der Begriff des **Notfallkoffers** bekommt praktisches Leben eingehaucht!

Außerdem lernt der Coachingteilnehmer einerseits mit **unvorhergesehenen Überraschungen sachorientiert umgehen** zu können und genau diese Stilmittel dann auch **aktiv** für sich nutzen zu lernen, um sich z.B. **strategisch** wie persönlich in seinem individuellen Arbeits- wie Lebensalltag besser zu positionieren.

Diesbezüglich werden Themen wie **Improvisation, Innovation, Kreativität, Mut zur Lücke Prinzip**,...theoretisch wie praktisch beleuchtet werden, da die Komplexität der heutigen Zeit immer weniger bis überhaupt nichts mit **Planspielen oder Schachspielen** zu tun hat!

Dies entspricht zwar nicht dem **Harmoniebedürfnis** des Menschen, aber kommt den **Realitäten des Lebens** wesentlich näher, als irgendwelche **Patentrezepte** und **Universallösungen**, die gerne an dieser Stelle genannt werden!

Denn es gibt auch keine **Medizin**, die gegen alles hilft, sondern man sollte genau **differenzieren** lernen, wann, was zur Anwendung kommt!

Dabei ist **oberste Prämisse** über einen entsprechenden **Trainingszustand** in Bezug auf seine persönlichen Schlüsselqualifikationen aus dem **Chaos** diverser Krisensituationen einen **überschaubaren und kontrollierbaren Zustand** herzustellen, der einem in der Regel sogar noch zum **Vorteil** gereicht, wenn man einen **klaren Kopf** behält und mit notwendigen **Gelassenheit und Ruhe** an die Materie rangeht!

Diese **Coolness und Gelassenheit, unter Stress entsprechend zweck- und sachorientiert erfolgreich zu agieren**, ist eines der Hauptthemen unserer Coachings, da dies eine der Kernkompetenzen gerade von Führungskräften in Stresssituationen für mich darstellt!

Entsprechende **Stilmittel** werden praktisch mit Leben gefüllt, was einerseits zu **neuen Aufmerksamkeitsressourcen** führt und andererseits zu einer **sachorientierten Stressresistenz** in Krisensituationen aller Art!

Weiterhin wird an der **persönlichen Handlungsfähigkeit** unter Stress gearbeitet, was dazu führt, dass z.B. die typische **Vorwärtsgangmentalität** ein „**gesundes**“ **Maß** erhält innerhalb eines praktischen Kontextes!

Denn viele Menschen kennen eben nur den Vorwärtsgang gerade in Stresssituationen, aber **manchmal ist es besser einen Schritt zurück zu gehen**, wodurch man dann einerseits wieder mindestens zwei Schritte voraus gehen kann und andererseits seine persönliche Handlungsfähigkeit behält, was in Krisensituationen **überlebenswichtig** ist!



Eng damit verbunden sind die Begriffe der **strategischen Bescheidenheit**, der **positiven Aufmerksamkeit** und der persönlichen **Intuition**.

Dabei ist gemeint, dass der einzelne situativ immer aufs Neue entscheidet, in wieweit er **aktiv oder passiv** ist, um sich **strategisch** einen Vorteil zu verschaffen. Dafür ist natürlich notwendig, dass er einerseits eine **positive Aufmerksamkeit** in seinem persönlichen Lebensalltag an den Tag legt, d.h. einen Zustand im **mittleren Aktivierungsniveau** einnimmt, zu vergleichen mit einem **Krokodil**, das sich nur dann bewegt, wenn sich z.B. Beute nähert!

Andererseits ein **gutes Grundgefühl** und eine **gute Intuition** im Umgang mit sich und seiner Umwelt beständig an den Tag legt, um die richtigen Entscheidungen auch unter Stress zu treffen!

All diese Schlüsselqualifikationen werden über spezielle Coachingbausteine entsprechend geschult und eingeübt!

Ein weiterer Baustein unserer Coachings, der mit den vorangegangenen Punkten eng harmonisiert ist der Punkt, **im richtigen Moment das Richtige zu tun!**

Dies wird vor allem unter dem Aspekt des **kleinen Zeitkorridors unter einem hohen Stressmoment** von außen wie von Innen sehr wichtig für jede Führungskraft, die ihre **sachorientierte Handlungsfähigkeit** in Krisensituationen nicht verlieren möchte!

Außerdem ist **eine unserer Coachingsäulen die Schulung verschiedener Sinneskanäle** und die **systematische Vernetzung** der selbigen!

Dadurch erhält der Coachingteilnehmer ganz **neue Blickwinkel** und **Möglichkeiten**, um seinen Lebensalltag entsprechend zu gestalten und sich in den **Entscheidungsfindungsprozess** z.B. seines Unternehmens noch positiver einbringen zu können!

Weiterhin wird innerhalb unserer Trainingstools am Punkt des **Muts, sich z.B. auf Neues einzulassen**, gearbeitet werden!

Diese **neue Kraftquelle** verhilft einem natürlich in der Folge zu einer neuen Qualität des persönlichen **Standings** und zu einer Verbesserung der **Entscheidungsfreudigkeit**, was einem in allen Lebensbereichen zu Gute kommt, ob privat oder betrieblich!

Ein weiterer Punkt, der das **persönliche Standing** sehr positiv stimuliert, ist die **Wirkung**, die der einzelne über entsprechende **Körperhaltungen, Blickrichtungen, Mimik, Gestik...**im Umgang mit seiner Umwelt erzielt!

Daran wird explizit innerhalb unserer Coachings gearbeitet, dass das Bewusstsein **für die persönliche Wirkung** z.B. über entsprechend an den Tag gelegte Körperhaltungen geschaffen wird und man lernt dies **im positiven Sinne** dann für sich zu **nutzen!**

Dabei wird auch explizit an den durch **Fehl- und Schonhaltungen** über Jahre und Jahrzehnten schon erworbenen **Muskelverspannungen** z.B. im Hals- und Rückenbereich über spezielle Trainingsmethoden gearbeitet, um einerseits die **Schmerzsymptomatik** von der **Ursache** her zu verbessern bzw. aufzulösen und andererseits eine **physiologische Körperhaltung** wieder herzustellen, die eine ganz andere **Außenwirkung** dann jeweils nach sich ziehen wird!



Dieser neue Umgang mit sich und seiner **individuellen Körperlichkeit** wird mit **Freude und Spaß** durch bestimmte Trainingsbausteine gefüllt werden, wodurch die **Grundmotivation**, sich im praktischen Sinne auch darauf einzulassen wie in der Zukunft das Ganze regelmäßig zu wiederholen maßgeblich verbessert wird!

Denn vieles im Leben macht **Sinn** oder ist einem vom **Verstand** her klar, aber ausschließlich Freude und Spaß führen dazu, dass man sich **langfristig** darauf einlässt und ab einem gewissen Zeitpunkt sogar **Passion und Faszination** an der jeweils betriebenen Materie entwickelt!

Dies gilt natürlich explizit auch für den Punkt der individuellen Körperlichkeit und der positiven Entwicklung der selbigen!

Dies wird meiner Meinung nach in einer immer **photogeneren Gesellschaft** von Tag zu Tag auch immer wichtiger und viele Menschen sind sich überhaupt nicht darüber bewusst, wie sie auf andere wirken z.B. auf Grund ihrer Körperhaltung und Blickrichtung und was ihnen in der Folge daraufhin entgegengebracht und jeweils **zugetraut wird!**

Eng damit verbunden ist der Begriff des **Charismas**, d.h. dem **Sprechen ohne zu sprechen**, dem Wirken, ohne etwas verbal von sich zu geben.

Diese Eigenschaft steigt und fällt gerade mit dem **nonverbalen Bereich** und der persönlichen **Ausstrahlung** z.B. über eine entsprechende **Körperhaltung, Blickrichtung, ausgestrahlte Energie**, etc.

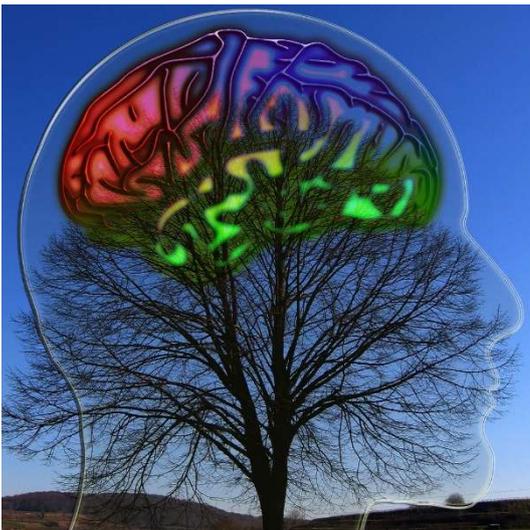
Somit sind diese Punkte eigentlich für jeden Menschen von großer Bedeutung und für Führungskräfte gilt dies im Besonderen!

Denn eine **Portion positiver Präsenz und Charisma** haben sicherlich noch niemanden bei seinem Aufstieg als Führungskraft geschadet und dabei spielt gerade der **nonverbale Bereich** häufig die entscheidende Rolle!

Zudem wird, wie schon erwähnt, sehr stark am Punkt der **Kommunikation** innerhalb unserer Coachings gearbeitet. Dies geht vom **offenen Dialog**, über den **sachorientierten Argumentationsstil** bis hin zu einer **positiven Bestimmtheit**, die innerhalb von Krisensituationen an den Tag gelegt werden sollte!

Ein weiterer Punkt ist die **Schlüsselqualifikation, anderen etwas zu unterrichten bzw. plastisch und verständlich näher zu bringen!**

Dies ist daher wichtig, da **fehlende Kompetenzen** seitens der Führungskraft, zumeist für **Irritationen, Unzufriedenheit, einer Verschlechterung der Arbeitsqualität und der Arbeitsquantität** innerhalb der Mitarbeiterschaft führen, wodurch das **Betriebsklima und das Gesamtergebnis des jeweiligen Unternehmens maßgeblich leiden werden!**



Somit halte ich es für jede Führungskraft für sehr wichtig einen **höreerkodetauglichen Unterrichtsstil** zu entwickeln, der in der Regel davon geprägt ist, **verschiedene Sprachebenen** einnehmen und über **verschieden Sinneskanäle** sich ausdrücken zu können!

Um dies zu erreichen werden in unseren Coachings entsprechende **Richtungshinweise und Wachstumsimpulse** gesetzt, die es der jeweiligen Führungskraft ermöglichen, diese Kernkompetenz auszubauen und zu perfektionieren!

Dies geschieht z.B. über das **51% Prinzip**, das im praktischen wie theoretischen Sinne von unserem IEMAS – Coachingteam in Symbiose mit den jeweiligen Coaching-

teilnehmern beleuchtet werden wird!

An Hand des **51% Prinzips** werden weitere Prinzipien moderner Unterrichtsdidaktik erklärt werden wie z.B. den Prinzipien: **Fordern, aber nicht überfordern, Mit den Augen eines Kindes sehen, fühlen**

und forschen lernen, **Prinzipienorientierte Unterrichtsweise im Gegensatz zu Frontal- und planbeispielsorientiertem Unterricht, Vom Leichten zum Schweren oder Vom Einfachen zum Komplexen!**

Als Beispiel ist an dieser Stelle z.B. zu nennen, dass man in der Regel erst über das **bewusste Verlangsamten von Geschwindigkeit** lernt **mit Geschwindigkeit im Grenzbereich umzugehen** bzw. diese zu beherrschen!



Beim **Klavierspielen und Training** ist dies nicht anders.

Erst langsam, dann schnell, dann Variationen des schon Gelernten!

Daraus entstehen häufig dann **Innovationen**, die die Sache wiederum positiv nach vorne bringen können.

Grundlage dafür ist aber eine **gute Grundtechnik und das Bewusstsein** für entsprechende Entwicklungen!

Dies hilft einem dann natürlich gerade als Führungskraft in **extremen Krisen- und Stresssituationen** nicht nur zu bestehen, sondern das Beste daraus jeweils zu machen, da man **trainingstechnisch gewohnt** ist, damit im positiven Sinne

umgehen zu können!

Ein weiterer Aspekt, der eng damit korrespondiert ist vor allem die **Ausbildung und Förderung von neuen Mitarbeitern und angehenden Führungskräften**. Diese werden häufig **unzureichend** an ihre neuen Aufgaben herangeführt von den jeweiligen Praxisanleitern, um sich nicht **Konkurrenz** vor der eigenen Haustür zu schaffen, anstatt sich als **Team** verstehen und schätzen zu lernen, die gemeinsam **an einem Strang ziehen**, um die Sache bzw. das Unternehmen als Ganzes wieder ein Stück nach vorne zu bringen!

Begriffe wie **Transparenz, Offenheit, Integrität, Redlichkeit** und **Ehrlichkeit** sind in diesem Bereich vieler Orts Mangelware und **Geheimnisse, Intrigen, Mobbing, Opportunismus, Egoismus...** bestimmen häufig das Geschehen!

Dies nimmt natürlich dem jeweiligen Betrieb **Entwicklungspotential** und bindet sehr viel **Energie**, die man an anderer Stelle zum Voranbringen der Sache viel besser gebrauchen könnte!

Dies kann sich ein Unternehmen in meinen Augen in einer **globalisierten Welt** wie dieser immer weniger leisten, da sonst die **Konkurrenzfähigkeit** auf dem freien Markt über kurz oder lang unweigerlich verloren geht!

Dieser **Teamgeist** sollte von Ganz oben, d.h. der **obersten Führungsebene**, in den jeweiligen Unternehmen theoretisch wie praktisch vorgelebt werden, da man sich immer vor Augen führen sollte, dass der „**Fisch zuerst vom Kopf stinkt**“!

Deshalb sollte die Schulung und Heranführung von neuen Mitarbeitern bzw. Führungskräften in die Hände von Menschen innerhalb des jeweiligen Unternehmens gelegt werden, die an diese Aufgabe mit **positivem Geist und Herz** herangehen, damit sich dieser Gedanke **synergistisch** in alle Bereiche des jeweiligen Betriebes übertragen kann!



Gerade dieses **positive Gefühl** und diese **positive Stimmung** werden wahre Wunder bewirken in allen Teilen der Beschäftigten, um das **Gesamtergebnis** des jeweiligen Unternehmens von Jahr zu Jahr aufs Neue zu optimieren!

Denn **nicht nur Glaube versetzt Berge, sondern positive Motivation tut dies ebenso!**

Außerdem ist Thema unserer Coachings, dass jeder **neue Mitarbeiter eine neue Ausbildung** und eine **individuelle Evolutions- und Inspirationsquelle** darstellt für jede Führungskraft bzw. Praxisanleiter, wenn man sich jeweils auf diesen Prozess der **Symbiose** einlässt!

Weiterhin wird in unseren Coachings auf den **Ökonomiegedanken** hinsichtlich des **Phänomens Kampf** ganzheitlich eingegangen.

Dabei wird durch einfache und gerade für den Laien verständlichen Art und Weise aufgezeigt, warum Bewegungen innerhalb eines sehr komplexen Kampfgeschehens genauso gemacht werden und nicht anders von der **physikalischen bzw. naturwissenschaftlichen Seite** aus. Dies führt zu einer **nachvollziehbaren Objektivität und Transparenz** für alle Coachingteilnehmer, was nichts mit **Zauberei, pseudowissenschaftlichem Gerede und wundersamen Erklärungsmodellen** zu tun hat!

Dadurch erschließt sich für den Coachingteilnehmer die **Komplexität eines Kampfes** recht schnell und einfach, auf Grund der **wissenschaftlichen und recht objektiven Didaktik**, die diesbezüglich von unseren IEMAS - Coaches Seminarteam angewendet wird, um das Ganze dem Coachingteilnehmer theoretisch wie praktisch näher zu bringen!

Diese Methode unterscheidet sich dann von vielen **pseudowissenschaftlichen Unterrichtsmethoden**, die man vielerorts gerade in **antiquierten und recht traditionellen Kampfkunstsystemen** aller Art vorfindet und spricht somit gerade **intelligente Menschen** an, die bereit sind, die Dinge, wie sie ihnen begegnen, jeweils möglichst **objektiv** zu hinterfragen und zu erklären! Denn **Tradition** steht nicht immer für **Fortschritt** und **früher, war noch lange nicht immer alles besser aber halt auch nicht alles schlechter als heutzutage**, sondern eine **Symbiose von Althergebrachtem in Verbindung mit den Erkenntnissen und Errungenschaften der Neuzeit** bilden

für mich die **Basis und das Fundament**, um mit den Abenteuern der Gegenwart wie der Zukunft **sachorientiert sowie gewinnbringend** besser bzw. überhaupt noch umgehen zu können!

Weitere Themengebiete unserer Coachings sind das persönliche Auseinandersetzen mit seinen **individuellen Stärken und Trainingsfeldern** sowie dem persönlichen **Arrangieren** mit seinen **individuellen Ecken und Kanten**!

Dabei spielen Punkte wie z.B. einen **Einstieg in sich selbst zu nehmen** bzw. diesen Vorgang jeweils zu optimieren, lernen, **sich selbst in den Arm zu nehmen** und eine gewisse Portion **Selbstironie und Humor** auch in Stresssituationen zu entwickeln!

Speziell auf jeden Coachingteilnehmer zugeschnittene **individuelle Übungen** helfen ungemein dabei, diese Punkte auch mit praktischem Leben und entsprechenden Erfahrungen zu füllen, die einem seine **persönliche Einzigartigkeit** auf positive Weise schnell bewusst machen!

Dies führt zu einer Verbesserung des persönlichen **Standings** und zu einer guten Portion mehr **Zufriedenheit** und **Selbstsicherheit**, wenn man sich positiv mit seinen individuellen **Ecken und Kanten** arrangiert hat und gelernt hat einerseits zu diesen zu stehen und andererseits diese in einem zweiten Schritt gewinnbringend in seinem normalen Lebensalltag einzubringen!

Eng damit korrespondieren Prinzipien wie z.B. **was bin ich, was kann ich und was mache ich dann daraus** sowie **was will ich, was kann ich und was mache ich daraus**!

Dies wird dann ebenso coachingtechnisch beleuchtet, bzw. es werden Anregungen und Richtungshinweise dem Einzelnen gegeben, um diesen Prozess **selbstverantwortlich** nach dem Coaching jeweils anzugehen!



Denn diese Prinzipien bzw. Handlungsmaximen geben jedem die Möglichkeit innerhalb bzw. im Anschluss an unsere Coachings eine **persönliche Standort- und Richtungsbestimmung** recht **objektiv** durchzuführen und daraus dann persönliche **Nah- und Fernziele** zu formulieren!

Dies ist in meinen Augen wichtig, da gerade Führungskräfte über all die **Arbeitsbelastung** und den ganzen **Alltagsstress**, schnell mal ihre persönliche **Visionen, Ideen und Ziele** aus den Augen verlieren, was mittelfristig bzw. langfristig meist im völligen **beruflichen wie privaten Chaos** enden kann!

Somit ist es immer wieder wichtig sich genau die von mir oben aufgeführten **Fragen zu stellen**, um zu sehen, ob wir jeweils noch **auf Kurs** sind oder von diesem schon abgedriftet sind!

Diesbezüglich sind dann wieder eine gute Portion **Selbstreflexion, Selbstkritik** im positiven Sinne und **Mut** gefragt, um in einem **kontinuierlichen Dialog mit sich selbst** zu treten. Dadurch lernt der einzelne

sich als **Individuum** immer besser kennen mit all seinen Stärken sowie Trainingsfeldern und er wird merken, dass viele Dinge in ihm liegen und eigentlich nur darauf warten entdeckt bzw. ausgegraben zu werden!

Für viele geschieht der Einstieg in sich nicht über die **kognitive Instanz**, sondern über **sensomotorische Trainingsmuster**, die innerhalb unserer Coachings ständig Thema sind, d.h. z.B. **vom Greifen zum Begreifen!**

Ein weiteres Themengebiet ist die Steigerung des **persönlichen Wohlbefindens** und der persönlichen **Vitalität** über entsprechende Trainingsbausteine und Richtungshinweise.

Dabei spielen die Punkte **Gesundheit, Ernährung, Geist, Körper und Seele in Einklang bringen** eine große Rolle innerhalb unserer Coachings für Führungskräfte!

Diesbezüglich wird auf liebevolle aber bestimmte Art und Weise mit vielen **pseudowissenschaftlichen Halb- und Unwahrheiten aufgeräumt** werden und im Gegenzug bekommt der einzelne Coachingteilnehmer z.B. **individuelle Anregungen und Richtungshinweise**, um seine persönliche **Leistungsfähigkeit und Vitalität** signifikant zu verbessern bzw. zu optimieren, wenn er dies jeweils möchte!

Zudem ist es innerhalb unserer Trainingstools für jeden möglich **negativ angestaute Energieressourcen und Stressmomente mal in positive Energie umzumünzen**, indem man z.B. mal **Dampf im Training ablässt!**

Dadurch kann man dann einen guten **Gegenpart** zum in der Regel recht **hektischen und Stress beladenen Arbeitsalltag** schaffen und diese **Energie richtet sich so nicht mehr gegen andere oder einen selbst**, sondern wird **positiv kanalisiert!**



Dadurch steigt die **persönliche Sozialverträglichkeit** und **innere Zufriedenheit**, was einen sehr befreienden Charakter für einen selbst und die persönliche private sowie berufliche Umgebung haben wird, wenn man bereit ist, **Training als kontinuierlichen Prozess verstehen wie lieben zu lernen!**

Über diesen **kontinuierlichen Reinigungs- und positiven Energiekanalisierungsprozess** innerhalb unserer Trainingstools kommt man immer wieder sehr schnell **auf den Boden der Tatsachen** zurück, da das Leben sich nicht nur in irgendwelchen Vorstandsetagen abspielt und das normale Leben sich halt anders anfühlt als man sich das vorher vielleicht vorgestellt hat!

Bei diesem **stetigen Erdungsprozess** kann ein Gang in die Produktionsstätten des persönlichen Unternehmens sicherlich nicht schaden, da dies in hohem Maße die **persönliche Bodenhaftung**

fördert, vor allem dann, wenn man mal mit seiner Umwelt in den **offenen Dialog** tritt, um mit dieser über **deren Visionen, Träume, Sorgen und Nöte** jeweils zu sprechen!

Weiterhin führt dies zu einer **neuen Identifikation mit seinem Betrieb und seinen Mitarbeitern**, was eine enorme persönliche **Kraftquelle** darstellt, um den täglichen Strapazen der wahrgenommenen Tätigkeit sowie übertragenen Aufgabe zu 100% immer wieder aufs Neue gerecht zu werden!

Eng damit korrespondiert die Eigenschaft, **sich selbst nicht so wichtig zu nehmen**, da **Hochmut ja bekanntlich vor dem Fall kommt!**

Denn **Arroganz und Selbstverliebtheit** haben in einer modernen und auf Zukunft ausgerichteten **Betriebsphilosophie** einfach nichts mehr verloren, gerade, wenn es darum geht, maximalen Erfolg für das jeweilige Unternehmen in einer immer globaleren Welt jedes Jahr aufs Neue zu erzielen!

Gerade die Schlüsselqualifikation der **sachorientierten Bescheidenheit** wird in meinen Augen somit immer wichtiger für egal welche Führungskraft, da alles andere, zu einem **Verlust der persönlichen Bodenhaftung** führen wird und die **Akzeptanz** sowie die **Leistungsbereitschaft** der jeweiligen Mitarbeiter gegen Null streben werden, wodurch das Gesamtergebnis des Unternehmens sehr stark leiden wird!

Gerade die von mir angesprochenen Dinge wie **Nähe zu den Mitarbeitern zu suchen, herzustellen und auszubauen** in Verbindung mit einer persönlichen an den Tag gelegten **Grundbescheidenheit** sowie auf **Authentizität beruhenden Ehrlichkeit und Integrität** führen zu einer sehr hohen **Akzeptanz** bei den jeweiligen Mitarbeitern und zu einer hohen **Arbeitsmotivation**, wodurch das Gesamtergebnis des Unternehmens sicherlich nicht leiden wird!



Ein weiterer Coachingpunkt ist, dass **Kampfkunst** auch ein Stück **Entwicklungs- und Kulturgeschichte** darstellt, was jedem durch unsere Coachings nochmals bewusst gemacht wird.

Zudem wird darauf hingewiesen, **das Gelernte als Geschenk anzunehmen** und mit diesem **Wissen sowie der entsprechenden Erfahrung verantwortungsvoll und zurückhaltend umzugehen**.

Denn **Kampfkunst** gehört in meinen Augen nicht auf eine **Bühne** und sollte nur dann zur praktischen Anwendung kommen, wenn kein anderer Ausweg mehr möglich ist!

Dies korrespondiert wiederum mit der von mir schon zuvor beschriebenen **strategischen Bescheidenheit**, die ich für sehr wichtig halte, um in der „**freien Wildbahn**“ nicht unter die Räder zu kommen!

Somit sollte das Gelernte nur im **absoluten Notfall** angewendet werden, da alles andere dazu führt, dass man den **juristischen Rahmen** unseres Rechtsstaats sprengt mit allen Folgen, die dann auf einen zukommen werden!

Weiterhin gebe ich zu bedenken, dass **Gefahrensituationen für einflussreiche und wohlhabende Menschen**, zu denen dann auch Führungskräfte aller Art zu zählen sind, immer mehr zunehmen werden, da das **Arm-Reich-Gefälle** z.B. in der westlichen Welt ebenso von Jahr zu Jahr steigt!

Nicht jeder will sich diesbezüglich mit **persönlichen Sicherheitskräften** umgeben bzw. kann sich dies auch **finanziell** erlauben!

Somit heißt das Prinzip: **Selbst ist die Person**, anstatt sich auf andere verlassen zu müssen, wenn man nicht einen massiven **Verlust an persönlicher Freiheit** in seinem Leben hinnehmen möchte!

Somit dienen unsere Coachings auch dazu, dass der einzelne eine **Steigerung und Optimierung seiner persönlichen Selbstsicherheits- und Selbstbehauptungsfähigkeit** erlebt, was zu einem Stück mehr **persönlicher Freiheit** und natürlich auch zu einer Entlastung seines persönlichen finanziellen Budgets führt, wenn man z.B. auf den Einsatz von professionellen Sicherheitsleuten verzichten kann bzw. die Zahl der eingesetzten Leute dadurch reduzieren kann!

Weiterhin ist zu bedenken, dass es nicht einfach ist, heutzutage **gute und zuverlässige Sicherheitsleute** für einen **vernünftigen Preis** zu finden!



Zum Ende meiner Ausführungen und Beschreibung unserer „IEMAS – Selbstsicherheitscoachings für Führungskräfte“ kann ich sie nur dazu ermuntern, einmal **selbst** an diesen teilzunehmen, um selbst in den Genuss der von mir zuvor beschriebenen **positiven Effekte** unserer Coachingformate zu kommen!

Dies wird in der Folge sicherlich dazu führen, dass sie **privat sowie beruflich** von dem Erlebten und Erfahrenen sehr stark profitieren können, um auch morgen noch den jeweiligen **Herausforderungen der Zeit** gewachsen zu sein!

Weiterhin würde das **IEMAS – Coachingteam** sich sehr darüber freuen, das zuvor von mir beschriebene Coachingkonzept zusammen mit ihnen in einen **praktischen Kontext** zu bringen, da darüber reden anders ist als die beschriebenen Dinge auch mal praktisch miteinander zu tun!