

LEADING POWER NEWSLETTER

*inspiring leaders
to wise action*

Ausgabe 3_2016

AKTUELLE VERANSTALTUNGEN

EDITORIAL

Der Leading Power® Newsletter soll ein Begleiter auf Ihrem Weg zur wirkungsvollen Führungs- oder Fachkraft sein. Sie erhalten darin Impulse, Erkenntnisse aus der Arbeit mit Leadern, praktische Empfehlungen, Literaturhinweise, sowie Informationen zu aktuellen Veranstaltungen.

THEMA DES MONATS

Emotionen in der Führung

Womit sich die meisten Führungskräfte schwertun.

*„Führung ohne Rücksicht auf Emotionen ist
wie Segeln ohne Rücksicht auf den Wind.“*

Rainer Karius

1

VERZEICHNIS

Seite 2 Emotionen in der Führung

EMOTIONEN IN DER FÜHRUNG

Als Führungskraft haben Sie ein schwieriges Mitarbeitergespräch vor sich:

Der Mitarbeiter hat aus seiner Sicht nicht nur eine ausgezeichnete Leistung erbracht, sondern ist der Überzeugung, dass er überdurchschnittliches Engagement gezeigt hat.

Als Chef wissen Sie von verschiedenen Feedbacks, dass derselbe Mitarbeiter anderen oft nicht zuhört, vorprescht und auf eigene Faust vorgeht ohne andere miteinzubeziehen, wo es angesagt wäre. Diese fühlen sich übergangen. Sie bereiten sich auf das Evaluationsgespräch vor und bewerten die Leistung insgesamt als erfüllt, aber nicht überdurchschnittlich. Sie nehmen an, der Mitarbeiter wird verärgert oder enttäuscht reagieren.

Die meisten Führungskräfte tun sich sehr schwer mit solchen Gesprächen. Dies auch, weil sie Respekt oder gar Angst haben vor den emotionalen Reaktionen - ihren eigenen und vor allem denjenigen des Gegenübers. Das kommt auch daher, dass die meisten von uns kaum gelernt haben im Berufsalltag konstruktiv mit Emotionen umzugehen. Die vorherrschenden Strategien lassen Emotionen schon gar nicht aufkommen. Es heisst dann „wir müssen sachlich bleiben“. Alles was aufkommt wird sofort unterdrückt, da es sonst im Gespräch „stört“.

Wir vergessen, dass Emotionen, auch die als negativ geltenden, in erster Linie **Formen von Energie darstellen, welche wir nutzen können.**

Wenn also der Mitarbeiter im genannten Beispiel verärgert reagiert, könnten wir als erstes diesen Ärger einfach akzeptieren. Vorausgesetzt, dass der Mitarbeiter die grundsätzlichen Regeln des Anstandes trotz Emotionen wahrt (sonst müsste man intervenieren). Die Emotion ist ja da, wenn sie unterdrückt wird löst sie sich nicht auf sondern lebt innerlich weiter. Sie beeinträchtigt die Aufmerksamkeit des Gegenübers.

Wenn wir als Führungskräfte die emotionalen Reaktionen würdigen und ein Zeichen der Akzeptanz geben, dass es in Ordnung ist solche zu haben, steigt die Chance mit dem Mitarbeiter im Gespräch zu bleiben. Sie könnten sagen: „Ich habe den Eindruck, dass Sie jetzt verärgert sind...“. Die mit dem Ärger verbundene Energie erhält Raum und kann im besten Fall wieder fließen. Andernfalls bleibt sie blockiert und treibt auch nach dem Gespräch das Verhalten des Mitarbeiters. Hinter dem Ärger kann sich auch Enttäuschung verbergen, auch diese könnte angesprochen werden. Etwa: „Ich kann verstehen, dass Sie aus Ihrer Sicht enttäuscht sind...“. Das Zulassen gibt Raum für weitere Entwicklung.

Nun kann entweder das Gespräch wieder auf inhaltliche Aspekte fokussiert werden oder es kann auch besser sein, an dieser Stelle zu unterbrechen und eine Pause einzulegen (kurz oder länger), bevor das Gespräch fortgesetzt wird.

Die Empfehlung ist zudem, während dem Gespräch auf die eigenen emotionalen Reaktionen zu achten und diese bewusst wahrzunehmen.

Vergessen wir nicht, dass all unsere Emotionen uns auch interessante Informationen über uns selber liefern können und so zur persönlichen Entwicklung beitragen.

Zusammenfassend gibt es ein paar Grundhaltungen zu Emotionen zu beachten, welche den nützlichen Umgang mit diesen erleichtern:

1. Emotionen sind nicht gut oder schlecht, sie sind einfach vorhanden
2. Emotionen kommen und gehen in „Wellen“. Sie bleiben und verfestigen sich erst, wenn wir über sie und deren Auslöser nachdenken
3. Emotionen sind Formen der Energie, welche verändert und genutzt werden können. **Energie kann nicht zerstört nur transformiert werden.**

*„Dem stärksten Willen fehlt oft die Kraft,
die einer zarten Emotion selbstverständlich ist.“*

Elfriede Hablé
