



Detlef Denz
Denz Coaching & Supervision
Beratungspraxis
Hermann-Pflaume-Str. 16
50933 Köln
Postanschrift
Eisenstraße 41
50825 Köln
Tel.: 0221 - 977 18 02
Mobil: 0177 - 234 70 17
post@denz-coaching.de
www.denz-coaching.de

Frühlingsbrief 2015: Emanzipation von gesellschaftlichen Vorstellungen im Coaching, oder: sein eigenes Ding machen

Liebe Kunden, liebe Coaching-Interessierte!

Warum spielen eigentlich so wenige Führungskräfte in einem Orchester? Weil sie noch im Büro sitzen, wenn die Proben anfangen. Schließlich sähe es ja merkwürdig aus, wenn sie frühabends zu ihrem Instrument greifen und sich von ihren Mitarbeitern verabschieden würden. Oder? Auch gemütliche Treffen mit Freunden finden unter der Woche eher selten statt. "Das schaffe ich nicht, dafür komme ich zu spät aus dem Büro!"

Im Coaching höre ich solche Sätze sehr häufig. Denn viele meiner Kunden haben **bestimmte gesellschaftliche Vorstellungen im Kopf und kommen gar nicht auf die Idee, sie zu hinterfragen**. Typische Denkmuster in unserer Gesellschaft sehen zum Beispiel so aus:

- **Führungskräfte müssen auf der Arbeit immer präsent sein** und fungieren so als Vorbild für ihre Mitarbeiter. Sie kommen als erste ins Büro und verlassen es als letzte.
- Wer **hochqualifiziert** ist, muss einen **lukrativen Posten** besetzen – egal ob ihm die Arbeit Spaß macht oder nicht. Denn wie sähe es denn aus, wenn man nur eine kleine Wohnung hat und keine teuren Urlaube macht!
- Die **Arbeit steht an erster Stelle**, weit danach kommt das Privatleben. Deshalb kann man(n) es auch nicht wagen, länger oder mehrmals in Elternzeit

zu gehen – oder womöglich nach einer Reduzierung der Wochenarbeitszeit zu fragen.

- **Alle Unternehmen funktionieren nach einem ähnlichen Muster**, und das kann man sich in Managementbüchern anlesen. Wenn man das System einmal verstanden hat, kann nichts mehr schief gehen. Nur: Warum läuft dann trotzdem so Vieles nicht rund?
- **Morgenstund hat Gold im Mund**. Deshalb ist es sehr peinlich, wenn man immer als letzter im Büro erscheint. Die Sprüche der Kollegen sind garantiert: "Na, ausgeschlafen?" Aber wieso sollte man bei Gleitzeit nicht ohne schlechtes Gewissen seinem Biorhythmus folgen?

Das Erstaunliche ist, dass viele Menschen gar nicht bemerken, dass sie derartige "Weisheiten" und Bewertungen verinnerlicht haben, die ihnen das Leben zuweilen sehr schwer machen. Meine (ziemlich rheinische) Devise im Coaching lautet **"Jeder Jeck ist anders"**. Und deshalb ermutige ich meine Kunden, die gesellschaftlichen Glaubenssätze zu hinterfragen und sehr genau hinzuschauen, wo ihre **eigenen Bedürfnisse** liegen.

Warum soll eine Führungskraft kein zeitintensives Hobby haben? Wenn sie strukturiert arbeitet, Vertrauen in ihre Mitarbeiter hat und es schafft zu delegieren, kein Problem! Und warum soll ein Akademiker nicht seinen etwas schlechter bezahlten Traumjob annehmen, wenn seine derzeitige Arbeit ihn kalt lässt? Schließlich geht es darum, dass jemand **zufrieden ist, und nicht darum, dass er irgendwelche gesellschaftlichen Erwartungen erfüllt**.

Sein eigenes Ding machen – das ist natürlich leichter gesagt als getan. Der erste Schritt ist, sich erst einmal darüber klar zu werden, welche Leitsätze man verinnerlicht hat. Sehr oft ist das ein starkes **Aha-Erlebnis**. "Stimmt! Ich muss mich ja gar nicht totarbeiten, nur weil die anderen es auch machen!" Und dann tun sich plötzlich ganz **neue Wege** auf, die man vorher gar nicht gesehen hat.

Übrigens: Ich helfe Ihnen gerne, Ihr eigenes Ding zu machen!

Nun wünsche ich allen LeserInnen einen schönen Frühling!

Mit besten Grüßen

Detlef Denz