

Leistungsfähigkeit In der Krise nicht nur das Tempo halten, sondern auf die Überholspur wechseln

Von Petra Moje, Coach und Trainerin



11.08.2009 – In turbulenten Zeiten reicht es oft nicht aus, das normale Leistungspensum beizubehalten. Jetzt sind Effektivität, Klarheit, Energie und aktives Gestalten noch mehr gefragt. Und wer in solchen Zeiten auf die eigenen Stärken baut, ausreichend Durchhaltevermögen, geistige Flexibilität und die nötigen Kraftreserven für einen Extrapurt besitzt, macht das Rennen: Gas geben und im richtigen Moment von der rechten auf die linke Spur wechseln.

Wie kann ich auch bei zunehmender Komplexität sicher handeln? Wie treffe ich verantwortungsvolle Entscheidungen auch unter erhöhtem Druck? Wie werde ich hohen qualitativen und quantitativen Ansprüchen gerecht? Und wie handhabe ich schwierige Situationen mit Kollegen, Vorgesetzten oder Mitarbeitern? Fragen, die in schwierigen Zeiten nahezu jede Führungskraft und jeden Mitarbeiter beschäftigen. Denn wachsender Druck fordert.

Wie Sie den nötigen Antrieb erreichen, um auf der Überholspur zu fahren, wie Sie schnell und sicher manövrieren, und wie Sie mit Risiken und erhöhtem Spritverbrauch umgehen, das erfahren Sie anhand der folgenden fünf Prinzipien:

So fahren Sie sicher auf der Überholspur

1. Sie wissen, wo Sie hinwollen

So profan es klingt, aber Sie müssen Ihr **Ziel kennen und genau anvisieren**. Denn sind Sie zur falschen Zeit auf der linken Spur, verpassen Sie die richtige Ausfahrt. Gerade in unruhigen Zeiten verliert man leicht den Überblick und gerät auf die falsche Bahn, indem man beispielsweise Zielen folgt, die nicht die eigenen sind. Darum: Was ist *Ihr* konkretes Ziel? Passt es zu Ihnen, zu Ihren Kunden, zu der Situation? Ist es noch zweckmäßig und stimmig? Welche Punkte gilt es anzupassen?

Tipp: Überprüfen Sie Ihre Ziele durchaus auch darauf hin, ob sie zu niedrig, zu verrückt oder tatsächlich „umsichtig“ sind. Hilfreich ist dabei eine Methode, die schon Walt Disney für seinen Prozess der Ideenfindung nutzte: Er schlüpfte nacheinander in die Rolle des „Träumers“, des „Handelnden“ und des „Kritikers“. Um sich diese Rollenwechsel zu erleichtern, richtete er sogar drei unterschiedlich ausgestattete Räume ein, die er auf der Suche nach neuen Ideen nacheinander durchschritt. Überlegen Sie also zuerst lediglich, was Sie sich wünschen oder „erträumen“. Horchen Sie genau in sich hinein. Im nächsten Schritt beschäftigen Sie sich dann mit konkreten Umsetzungsmöglichkeiten. Dabei bleiben alle kritischen Gedanken und die Realitätsprüfung zunächst außen vor. Die sind erst im dritten Schritt (oder „Raum“) an der Reihe.

2. Sie bauen auf Ihre individuellen Stärken

Erscheint ein Porsche im Rückspiegel, weichen die meisten Autofahrer automatisch auf die rechte Spur. Sie gewähren ihm freie Fahrt. Der Grund ist vor allem sein **attraktives Image** als schneller, kraft- und stilvoller Sportwagen. Denselben Effekt erzielen Sie, wenn Sie anziehend und charismatisch wirken und entsprechend Ihrer Persönlichkeit handeln: Andere betrachten Sie interessiert, treten dabei unbewusst einen Schritt zur Seite und machen Ihnen damit den Weg frei; sie unterstützen Sie bewusst, weil sie Ihr Potenzial erkennen; oder sie schließen sich Ihnen gar an, da Ihr Weg erfolversprechend erscheint.

Beantworten Sie sich also folgende Fragen:

- Was macht mich aus?
- Welche Eigenarten und Besonderheiten habe ich?
- Wie kann ich diese Eigenschaften und meine persönlichen Stärken für meine Außenwirkung nutzen?
- Was ist mein persönlicher „Turbolader“?
- Welche meiner Ressourcen blieben bislang ungenutzt?

3. Sie begegnen gekonnt jedem Gegenwind

Der Porsche hat natürlich nicht nur Gönner, sondern auch **Neider**. Und schon einen LKW zu überholen löst Luftverwirbelungen aus, die einen unaufmerksamen Fahrer in Schwierigkeiten bringen können. Auch im Berufsalltag gibt es immer wieder Gegen- und Seitenwind – sei es von neidvollen Kollegen, verunsicherten Mitarbeitern oder von Vorgesetzten, die andere Ansichten vertreten oder andere Absichten verfolgen als Sie.

Kalkulieren Sie bestimmte (Gegen-) Reaktionen anderer ein und gehen Sie geschickt mit ihnen um:

- Was sind die persönlichen Motive und Interessen der Menschen in Ihrem Umfeld?
- Wie reagieren sie in Stresssituationen?
- Und wie können Sie diesem Verhalten sinnvoll begegnen?

Betrachten Sie Ihr Umfeld dabei aus einer starken Position heraus und ermitteln Sie, was nötig ist, damit Sie sich gerade in Ausnahmesituationen oder unsicheren Zeiten gegenseitig unterstützen und stärken.

4. Sie wirtschaften mit Ihrem Kraftstoff

Gas geben für einen Spurt ist eine Sache, Ihren Treibstoffverbrauch im Griff zu behalten, eine andere. Manchmal ist es notwendig, richtig Gas zu geben, Sie können sich dadurch sogar einen wesentlichen Vorteil verschaffen. Allerdings verbraucht das viel Sprit. Eine Durchschnittsgeschwindigkeit von über 200 km/h ist ähnlich ungünstig wie häufiges Beschleunigen und Abbremsen oder zusätzliches Beschleunigen auf 270 km/h, wenn auch 220 km/h als Höchstgeschwindigkeit ausreichen. Denn der Verbrauch steigt überproportional, das belastet die eigenen Ressourcen enorm – und zwar meist völlig unnötig.

Finden Sie daher ein angemessenes Tempo, wenn gerade keine Höchstleistung von Ihnen gefordert wird, und gehen Sie nur an Ihre Leistungsgrenzen, wenn es tatsächlich notwendig ist. So halten Sie länger durch und fahren in puncto Energie nicht unnötig auf Reserve.

- Wo liegt Ihre Schwelle zu einem überproportionalen Energieverbrauch?
- Was wäre eine gute konstante Reisegeschwindigkeit?
- Wann ist Beschleunigung sinnvoll?
- Woran erkennen Sie, dass Sie auf Reserve fahren?
- Was sind Ihre Krafttankstellen auf dem Weg?

5. Sie machen regelmäßige Service-Checks

Sicherheit hat oberste Priorität – allerdings sollten Sie sich nicht ständig damit beschäftigen müssen. Sorgen Sie daher für einen Notfallplan, aber lassen Sie sich im Alltag nicht davon bremsen, dass Sie immer den sichersten Weg wählen. Zwar steigt oft gerade in turbulenten Zeiten das unbewusste Bedürfnis nach Stabilität, gleichzeitig aber sind wir jetzt besonders gefordert, unbekannte und damit risikoreichere Wege zu gehen. Verfahren Sie also wie beim regelmäßigen Service-Check Ihres Autos: Achten Sie darauf, dass alles gut geschmiert und gewartet ist, dann fühlen Sie sich auch auf kurvigen, nassen oder neuen Strecken sicher.

Stellen Sie sich also folgende Fragen für Ihren Berufsalltag:

- Sind Sie ausreichend wendig und bereit für kalkuliertes Risiko?
- Was sind wichtige Ausstiegskriterien für Ihr Projekt – und wie sichern Sie einen eventuellen „worst case“?
- Stimmen die Rahmenbedingungen für Ihre Vorhaben noch?
- Welche Struktur brauchen Sie?
- Ist Ihr persönliches Navigationsgerät korrekt geeicht?
- Sind alle im Team auf dem gleichen Informationsstand?
- Ist jeder in seiner Kompetenz?

Auf diese Weise sorgen Sie dafür, dass Sie auch sicher ankommen.

Leichter mehr erreichen

Wenn Sie diese fünf Leitlinien verinnerlichen, arbeiten Sie effektiver, sichern Sie Ihre Position auch in fordernden Situationen und erhöhen so Ihre Chance auf Erfolg. Bleiben Sie also unbedingt dran, denn schon Thomas Alva Edison sagte:

„Erfolg ist ein Gesetz der Serie, und Misserfolge sind Zwischenergebnisse. Wer weitermacht, kann gar nicht verhindern, dass er irgendwann auch Erfolg hat.“

[Bild: Fotolia.com]

Über die Autorin



Petra Moje

Petra Moje ist Beraterin und Impulsgeberin. Sie unterstützt Unternehmer und deren Mitarbeiter dabei, auch in schwierigen, angespannten und komplexen Situationen einen kühlen Kopf zu bewahren. Sie gibt ihnen das nötige Werkzeug an die Hand, um sich wieder auf die wesentlichen Dinge zu konzentrieren und dabei voll leistungsfähig zu sein.

Coach und Trainerin
Leeswig 95
21635 Jork

Tel.: 040 - 7458024

E-Mail: pm@petramoje.de

Web: www.petramoje.de