

www.unitednetworker.com

UNITEDNETWORKER

UNITEDNETWORKER

Das Gründer und Karriere Magazin

April - Mai 2015

Deutschland €5.80
Österreich €5.80
Schweiz CHF7.20



Dirk Müller

Spricht Klartext

Frank Rücker

Hotelier mit Leib und Seele

proWin

Erfolgreiches Geschäftsjahr mit starkem Endspurt

Oma Klara

Vintage Stücke aus Omas Kleiderschränken

Dominik Thor

Was ist Customization

Spottster

Sollte man sich merken

Einfach gut!

Die Kunst einfach und erfolgreich zu leben



Einer der größten Karrierekiller lauert in der Diskrepanz zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung: Im schlimmsten Fall führt das falsche Selbstbild zu einem schnellen Absturz.

Mira Mühlendorf, Expertin für zwischenmenschliche Beziehungen und Führungskraft, gibt Einblicke in die Praxis ihres Erkenntnis-Coachings.

Kröten schlucken

Warum Selbsterkenntnis für die Karriere unverzichtbar ist

Text: Mira Mühlendorf

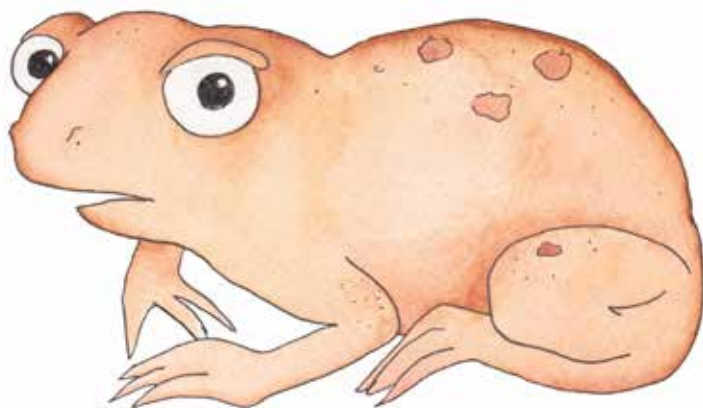
Die größte Stolperfalle für Menschen im Top-Management lauert in einem mangelnden Verständnis für den eigenen „blinden Fleck“. Dieser bezeichnet Anteile bzw. Aspekte der Persönlichkeit, die für Außenstehende offensichtlich, von dem Betroffenen selbst jedoch nicht wahrgenommen werden. Anders formuliert: Es handelt sich hierbei um die Diskrepanz zwischen Selbstbild und Fremdwahrnehmung. Das Fatale dabei: Genau diese Persönlichkeitsanteile führen zu unbewusst durchgeführten Handlungen, die auf Dauer die Karriere ruinieren!

Ist eine Führungskraft nicht bereit, sich tiefgehend zu reflektieren, hat das früher oder später Konsequenzen: Im schlimmsten Fall führt das falsche Selbstbild zu unternehmerischem Größenwahn, gnadenlosem Egoismus oder arroganter Selbstverliebtheit, zu einem Absturz von „ganz oben“ nach „ganz unten“. Beispielhafte Geschichten von gefallenen Managern können wir der (Wirtschafts-) Presse entnehmen.

Die Krötendompteurin
Die Sozialpsychologin Mira Mühlendorf hat altes Wissen über den verborgenen Antrieb des Menschen in die heutige Zeit übersetzt. Kern der von ihr entwickelten Key to see*-Methode ist das „Kröten-Modell“: Es beschreibt zehn Wahrheiten über menschliche Persönlichkeiten und die dazugehörigen Fallen, die in einem falschen Selbstbild lauern. Die Farben stehen dabei für eine bestimmte Gefühlsqualität.

Selbsterkenntnis ist der erste Schritt zur Verbesserung! Wenn ich mich selbst durch und durch verstehe, kenne ich meine Fallen und weiß, wie ich wirke.

Ist eine Führungskraft nicht bereit, sich tiefgehend zu reflektieren, hat das früher oder später Konsequenzen:



Jeder Mensch hat seinen eigenen energetischen Ausdruck, ein persönliches Temperament. Es ist dienlich, das eigene Energiemuster einmal kritisch, aber auch liebevoll zu hinterfragen - damit wir wissen, wie andere uns wirklich sehen. Diesen Prozess nennt man Selbsterkenntnis.

Eine weibliche Führungskraft kommt ins Erkenntnis-Coaching mit der Fragestellung, warum sie seit Jahren übergangen wird, wenn es um die Besetzung von höheren Positionen geht. Zunächst lernt sie die verschiedenen Persönlichkeitstypen und deren Führungsstile kennen. Das Erkennen der eigenen Struktur dauert erfahrungsgemäß eine Weile. Läuft der Erkenntnisprozess sehr schnell ab, ist das meistens ein Hinweis darauf, dass eine Fehlidentifikation im Spiel ist: Man identifiziert sich mit dem Wunschbild der eigenen Person, sieht sich selbst so, wie man gern wäre. Die Klientin erkennt, dass ihre innere Maschine, die unbewusst agiert, permanent Sicherheit produziert. Menschen mit diesem Persönlichkeitsbild sind sehr loyal, denken und arbeiten strukturiert, sind verlässlich, freundlich und gewissenhaft. Sie empfinden allerdings ihre Umwelt als bedrohlich und angsteinflößend und haben immer sofort das „Worst-Case-Szenario“ vor Augen („Was alles passieren kann!“). Diese starken inneren Bilder sind der Grund, warum sie nur ungern die Führungsrolle übernehmen. Sie wollen gar keine Verantwortung tragen, aus Angst, falsche Entscheidungen zu treffen und somit für das eingetretene „Worst-Case-Szenario“ zur Rechenschaft gezogen zu werden. In der zweiten Reihe ist es sicherer. In der ersten wird geschossen...

Wow-Erlebnisse

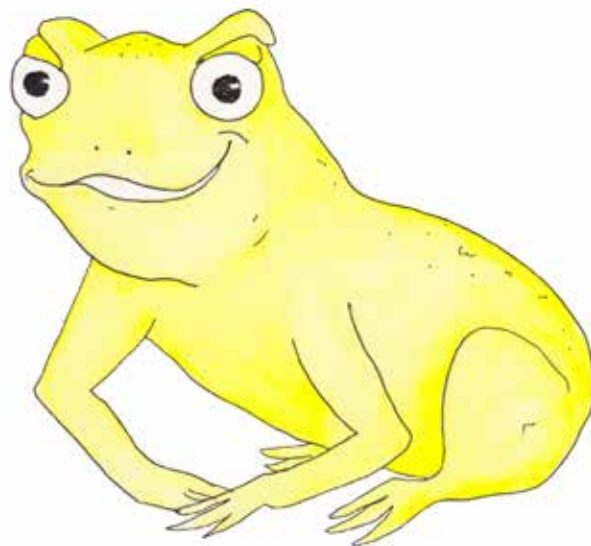
Ihren Erkenntnisprozess schildert die Klientin mit eigenen Worten: „Gedauert hat es ca. drei Monate, das Wahrhaben um diesen Typ hat nochmal einen Monat gedauert. Ich wollte meinen Typus umgehen, obwohl ich schon längere Zeit gespürt habe, dass die Maschine Sicherheit wohl meiner inneren unbewussten Motivation entspricht. Den Durchbruch meiner kreisenden Gedanken habe ich beim Bergab-Radfahren in den Bergen erlebt. Ich habe mich gefragt: Warum fahre ich permanent mit angezogener Handbremse? Warum bin ich so sehr auf Sicherheit aus? Die Antwort kam schlagartig: Weil ich immer in Worst-Case-Szenarien

denke. Ich sehe vor meinem inneren Auge ungeahnte Hindernisse wie zum Beispiel einen Lkw, der plötzlich auf die Straße einbiegt – und mich selbst schon verletzt im Straßengraben liegen. Damit war dann endgültig mein Typus klar.“

Und jetzt?

Die Selbsterkenntnis verhilft der Klientin zu einer nachhaltigen Transformation. Sie hat erkannt, dass sie sich auf dem Weg nach oben stets selbst ausgebremst hat, weil sie sich (unbewusst) davor scheute, mehr Verantwortung zu übernehmen. Diese Unsicherheit und das mangelnde Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten hat sie auch ausgestrahlt – und das war der Grund dafür, dass sie bei der Vergabe von Spitzenpositionen mehrfach übergangen wurde. „Ich habe mir die höheren Positionen ja selbst auch nicht zugetraut. Warum hätten es dann die anderen tun sollen?“

Der Gewinn des Coachings: Mehr Selbstsicherheit und Selbstvertrauen, ein offener Umgang mit den eigenen Stärken und Schwächen, mehr Authentizität und Menschenkenntnis. Ihr neues Selbstverständnis und das daraus resultierende Selbstbewusstsein blieben übrigens nicht lange unbemerkt: Innerhalb eines Jahres wurde sie in die Vorstandsetage ihres Arbeitgebers berufen und erfüllt ihr neue Aufgabe heute mit Selbstsicherheit und einer tiefen, inneren Zufriedenheit.



Eine männliche Führungskraft kommt in einer akuten Belastungsphase ins Erkenntnis-Coaching. Sein Körper rebelliert bereits seit Monaten immer wieder, er selbst meint jedoch, er sei „einfach nur ein wenig überarbeitet“. Seine Fragestellung zielt darauf ab, warum er mit seinem Prestige-Projekt gescheitert ist – und wie er schnell wieder an seine vorherigen Erfolge anknüpfen könne.



Ob im Einzel-Coaching oder im Gruppen-Prozess: Das Aufdecken des eigenen blinden Flecks ist ein kraftvoller Akt, der vieles im Leben verändert. Wichtig dabei ist ein geschützter Rahmen.

Im Verlauf des Enneagramm-Coachings zeigt sich, dass der Klient von einer inneren Maschine angetrieben wird, die permanent Erfolg produziert. Menschen mit dieser Persönlichkeitsstruktur sind charmante Selbstdarsteller. Ihre Gedanken kreisen ständig um ihren nächsten Coup. Die daraus resultierende Begeisterung führt zu dem Drang, sich mitzuteilen: Sie reden über das, was sie tun und zeigen sich gern. Ihre schnelle Auffassungsgabe, ihr schnelles Tempo und ihre Tendenz zum Workaholic bescheren ihnen zwar berufliche Erfolge – sie können diese jedoch gar nicht richtig genießen, weil sie entweder vor Belastung in die Knie gehen oder bereits wieder der nächsten Anerkennung nachjagen. Auf andere wirken sie glatt und unehrlich – ihre Verkäufermaske stößt andere ab.

Der Aha-Effekt

Der Klient hat erkannt, dass seine Auftritte als Supermann dazu führten, dass er in seinem Projekt alleine blieb – seine Mitstreiter und Kollegen verweigerten dem Selbstdarsteller ihre Unterstützung. Da er immer wieder viele Bälle gleichzeitig in die Luft wirft, leidet die Qualität seiner Arbeit und er beginnt, sich mit halbgaren Projekten durchzumogeln – weil ihm Zeit und Muße fehlt, die Dinge auszuarbeiten und zu Ende zu bringen. Er hat gelernt, sich den Anforderungen der

Umwelt anzupassen und das zu spielen, was gerade gefragt ist. Die Erkenntnis, dass er sich in seinem Streben nach Erfolg selbst verloren hat, ist bitter. Gleichzeitig erfährt er auch eine große Befreiung, denn er weiß nun, wie er in Zukunft die Symptome einer drohenden Belastung erkennen und rechtzeitig die Notbremse ziehen kann. Und er lernt, sich die Anerkennung, die er sich so sehnlich von anderen wünscht, selbst zu geben.

Fazit: Selbstbild versus Fremdbild

Die Diskrepanz zwischen Selbst- und Fremdbild kann Ursache für viele Konflikte im Leben sein. Das tiefe Wissen um die eigene Persönlichkeit schafft Abhilfe und ist Basis für nachhaltige Transformation: Man erkennt die eigenen, noch schlummernden Ressourcen und den wahren Antrieb der eigenen Persönlichkeit. Dieses neue Wissen um die eigene Persönlichkeit befördert Stärken und minimiert Schwächen, man findet nicht nur den richtigen Platz im Leben, sondern auch zu einem authentischen Führungsstil.

Selbsterkenntnis ist somit der Schlüssel zu nachhaltigem Erfolg. Wer sich dauerhaft im Top-Management halten will, kommt um eine Aufdeckung seines blinden Flecks nicht herum: Diese Kröte muss geschluckt werden.

Über die Autorin Mira Mühlenhof Die Key to see®-Methode

Altes Wissen in neuem Gewand: Enneagramm-Expertin Mira Mühlenhof hat eine der ältesten Methoden zur Selbsterkenntnis in die heutige Zeit übersetzt und zu einem modernen (Selbst-)Führungs-Tool weiterentwickelt.

In den 90iger Jahren erfuhr die Persönlichkeitstypologie in Deutschland einen wahren Boom, bekam dann jedoch den Stempel der Esoterik aufgedrückt und verschwand aus Personalbüros und Führungsetagen. Seitdem durchsickerte, dass Barack Obama das Enneagramm für seinen Wahlsieg nutzte und auch andere Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens wie z.B. Erfolgstrainer Jürgen Klopp darauf bauen, ist es (wieder) in deutschen Vorstandsetagen und dem Coaching von Führungskräften angekommen. Mira Mühlenhof, die lange als TV-Moderatorin und Hörfunk-Journalistin gearbeitet hat, studierte Germanistik und Sozialpsychologie in Hannover. Sie ist Gründerin und Leiterin der Key to see®-Akademie in Berlin und Hannover, coacht und berät Führungskräfte und Privatpersonen zu mehr Führungskraft und gelingenden zwischenmenschlichen Beziehungen. Die Enneagramm-Expertin und Persönlichkeits-Profilerin plädiert für mehr Empathie in der Führung: „Haben wir verstanden, wie anders der andere ist und welches die wahren Beweggründe für sein Handeln sind, können wir ihn für seine Andersartigkeit wertschätzen.“

“Mira Mühlenhof ist außerdem als Keynote-Speakerin zu den Themen Burn-Out und Menschenkenntnis gefragt. Ihr Buch über die Key to see®-Methode ist im Droemer Knaur Verlag erschienen.

