

Für Sie gelesen

Aktuelle Bücher für Leadership, Personalmanagement und Training

Autor: **Sylvia Kéré Wellensiek / Joachim Galuska**
Titel: Resilienz. Kompetenz der Zukunft. Balance halten zwischen Leistung und Gesundheit.
Jahr: 2014
Verlag: Beltz
Umfang: 207 Seiten
ISBN: 978-3-407-36550-7
Web: www.beltz.de



Resil-Was?

Ein neuer Begriff macht die Runde. Bei den Kollegen an der Trainerfront ist er schon länger geläufig, ich bin irgendwie bisher noch verschont geblieben. Nicht, dass ich ihn noch nie gehört hätte. Ich hatte nur einfach das Gefühl, ich könnte ihn ignorieren, er würde sich nicht durchsetzen, nur ein kleines Strohfeuer – weit gefehlt. Resilienz scheint das neue Zauberwort in der Führung zu werden, unverzichtbar um den Herausforderungen der Gegenwart und Zukunft zu begegnen und dennoch Balance halten zu können zwischen Leistung und Gesundheit, so der Untertitel. Warten wir denn nicht schon einige Zeit auf ein Gegenmittel zu Stress, Erschöpfungsdepression und Burnout? Ist Resilienz die Lösung? Was bedeutet es überhaupt? Wikipedia hilft: «Resilienz (lateinisch *resilire* ‚zurückspringen‘, ‚abprallen‘, deutsch etwa Widerstandsfähigkeit) beschreibt die Toleranz eines Systems gegenüber Störungen.» Oder noch prägnanter im Inhaltsverzeichnis: «Resilienz – ein Kompetenzbündel, um Komplexität zu meistern.»

Die Informationen reichen schon mal aus, um neugierig zu werden. Wer im Change Management zu Hause ist, sucht schon lange nach den Ingredienzien der Veränderungskompetenz, ein momentaner Philosophie-Bestseller beschäftigt sich mit dem Thema Gelassenheit. Resilienz ist also überall im Spiel, ohne bisher als Begriff besonders hervortreten. Das scheint sich jetzt rasant zu ändern. Wenn der Begriff und das Konzept etwas taugen, dann ist Resilienz eine echte Bereicherung für Training, Führung und Personalarbeit. Mut, hier etwas lernen zu können, macht auch das AutorInnen-Gespann: Joachim Galuska ist

unter anderem Facharzt für Psychosomatische Medizin, Sylvia Kéré Wellensiek ist Diplomingenieur und Coach, auch keine alltägliche Kombination!

Zu Struktur und Inhalt

Blättert man das Buch durch, fallen die viele Abbildungen und Fragebögen auf. Wenig Fliesstext, viel Struktur. Einer umfangreichen Einführung folgen drei abgeschlossene Teile. Resilienz bezieht sich gemäss Definition ja auf Systeme. Folglich wird nicht nur das System Mensch (Teil 1) sondern auch das System Unternehmen (Teil 2) und sogar das System Gesellschaft (Teil 3) unter die Lupe genommen.

Die Autoren beginnen unkonventionell: Sie führen ein Gespräch miteinander über ihre Erfahrungen mit Stress, Burnout, Patienten, Klienten, Zeitgeist, Veränderungen, Anforderungen, die kaum zu meistern sind und nähern sich im Dialog dem Anliegen des Buches. Man merkt, dass es hier um mehr geht als um das geschickte Vermarkten eines neuen Labels, sondern um betroffene Autoren, die ihren Beitrag zum besseren Umgang mit den gestiegenen Anforderungen leisten möchten.

Doch zunächst wird die Basis für ein besseres Verständnis gelegt. Resilienz stammt aus der Werkstoffkunde und schildert unter anderem die Fähigkeit eines Stoffes, nach der Verformung in seine alte Form zurückzukehren. Die Kinderpsychologie kennt den Terminus schon lange, das assoziierte Bild ist das des Stehaufmännchens, lerne

ich. Darauf folgen Eigenschaften des resilienten Menschen und die enge Verzahnung zwischen Organisation und Individuum.

«Resilienz stammt aus der Werkstoffkunde und schildert unter anderem die Fähigkeit eines Stoffes, nach der Verformung in seine alte Form zurückzukehren.»

Im Teil 1 tauchen die Autoren tief in die Therapie dieser Missstände ein. Nebst den Überlegungen zu Druck, Veränderungsgeschwindigkeit und Ohnmacht lassen die Autoren auch Betroffene zu Wort kommen. Eine saubere Bestandaufnahme ermöglicht die dringend nötige Ursachenbehandlung. Wellensieck/Galuska gehen den Mustern auf den Grund, die unterstützen, was sie eigentlich verhindern wollen. «Um sich selbst aus dem anspruchsvollen, ewig unzufriedenen Perfektionisten zu entwinden, ist es sinnvoll, die eigenen, sich wiederholenden Grundaussagen zu kennen und nach und nach auszuhebeln.» Es folgt ein Modell der Resilienzfaktoren auf der persönlichen Ebene mit einem Selbst-Check und etwas später die 10 Schritte des Resilienztrainings. Die Seiten sind dicht und dennoch gut zu lesen, für mich der stärkste Teil des Buches.

Der zweite Teil befasst sich mit der Resilienz der Unternehmung. Auch hier startet das Werk mit einer Studie, die die Beziehungen zwischen Führung, Gesundheit und Resilienz aufgreift. Eine Kultur der Achtsamkeit wird propagiert und ein Resilienz-Check für Führungskräfte und für Organisationen angeboten. Immer wieder wechseln die Autoren die Darreichungsform der Ideen. Interviews, Checks, Gegenüberstellungen, Modelle, Erfahrungsberichte wechseln sich ab und bringen Abwechslung in die komprimierten Gedanken. Der Anspruch, die organisationale Resilienz zu umreissen und praxisnahe Hilfen zu Ihrer Verbesserung zu geben, ist gross. Die dafür zur Verfügung

stehenden 50 Seiten knapp. Daher erhält der Leser in diesem Teil nicht dieselbe Tiefe der Gedanken, sondern eher allgemeine Hinweise zur Organisationsentwicklung, die an die Praxisnähe des Teils 1 nicht heranreichen. Die sieben Prinzipien für die kulturelle Resilienz beispielsweise lesen sich wie eine Zusammenstellung der am häufigsten genannten Erfolgsfaktoren für modernes Management.

Im letzten Kapitel gibt's dann noch eine Menge Gesellschaftskritik. Mit der «Kunst des Wirtschaftens» wird echtes Unternehmertum mit kunstfertigen Führung propagiert, auf einer neuen Ethik basierend. Ich bin eigentlich derselben Meinung wie die Autoren. Irgendwie fühle ich bei mir, dass diese recht pauschale Gesellschaftskritik mit denen für mich teilweise spunghaften Gedanken dem überzeugenden ersten Teil des Buches Kraft nimmt.

Zusammengefasst

Das Buch hat einen riesigen Anspruch. Es will persönliche, organisatorische und gesellschaftliche Resilienz fördern. Aufgrund der Vernetzung des Themas ist das verständlich, ja löblich. Die sich daraus ergebenden drei Teile hatten eine sehr unterschiedliche Wirkung auf mich. Der Teil Mensch ist für mich hervorragend gelungen: praktisch, abwechslungsreich, lehrreich und dicht. Er spricht mich direkt an, bringt mich zum Grübeln, gibt mir Hinweise und Konzepte. Der zweite Teil wird abstrakter, es kann in den wenigen zur Verfügung stehenden Seiten nicht das ganze für mein Verständnis notwendige Gedankengebäude aufzeigen. Die Ideen sind – gehöriges Grundverständnis vorausgesetzt – nachvollziehbar aber weit weniger griffig und auch nicht wirklich neu. Im letzten Teil verschärft sich diese Problematik für mich nochmals. Diesen Teil hätte ich lieber in einem gesonderten Buch abgehandelt, für eine andere Zielgruppe mit einem anderen Anspruch.

Gelesen von:

Dr. oec. HSG Philipp Mähr
Goethestrasse 70
9008 St. Gallen
philipp.maehr@maehrconsulting.ch
0041 71 244 95 09

