

Leistung und Leichtigkeit

von Thomas Schulte

Fühlen Sie sich gerade leicht? Geht Ihnen die Arbeit gut von der Hand oder müssen Sie sich momentan ganz schön anstrengen?

An die Leistung haben wir uns gewöhnt, die Leichtigkeit dagegen scheint in unserem Alltag kaum eine Rolle zu spielen.

Mit der Leichtigkeit ist das aber auch so eine Sache. Kaum hat man sie einmal, schwupps, ist sie schon wieder weg. Arbeit und Stress dagegen sind omnipräsent und lasten schwer auf uns. Quartalsberichte, Wachstum und Produktivitätsgewinne – der Wettbewerb schläft nicht. Höher, weiter, schneller – es geht immer noch mehr. Preise und Kosten lassen sich immer tiefer senken, die Auslastung immer mehr steigern, unsere Erreichbarkeit immer noch weiter ausdehnen.

Und da soll man sich noch um die Leichtigkeit kümmern?

Ja, denn Leistung und Leichtigkeit sind kein Luxus und schon gar kein Widerspruch. Im Gegenteil. Leistung ohne Leichtigkeit führt irgendwann unweigerlich in die Erschöpfung oder den Burnout.

Die Leichtigkeit hat nur einen Preis. Erst ein ausreichendes Maß an Übung macht Leistung leicht. Das ist beim Hochseilartisten oder dem Fußballprofi nicht anders als beim Manager und seinen Mitarbeitern.

Wir brauchen immer noch eine kleine

Reserve, damit wir auf dem aktuellen Leistungsniveau noch ein wenig Leichtigkeit drauf packen können. Dann haben wir Leistung mit Leichtigkeit. Wer diese Reserve für die Leistung aufbraucht, hat ein Problem: Es fehlt die langfristige Perspektive. Denn irgendwann ist das Ende der Fahnenstange erreicht.

Zunächst einmal ist es eine individuelle **Entscheidung** mehr Leistung und Leichtigkeit anzustreben. Und man muss sicherlich auch den einen oder anderen **Kollegen** dazu gewinnen. Leiten Sie diesen Artikel an Gleichgesinnte weiter. Das wäre ein **erster Schritt** dazu.

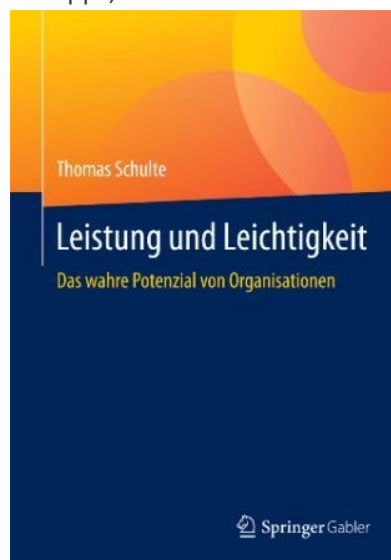
Erst die Kombination von Leistung und Leichtigkeit stellt das wahre Potenzial von Menschen, Teams und Organisationen dar.

In der **Gemeinschaft** fällt einiges leichter. Jeder, der schon einmal in einem großartigen Team gearbeitet

hat, weiß das. Man will immer wieder dorthin zurück.

Für **Organisationen** gilt das gleiche.

www.leistung-und-leichtigkeit.de



Der vierteljährliche Rundbrief
für das Management



Einige interessante Beiträge aus unserem Blog



Gruppencoaching für Führungskräfte und das Unternehmen

Von Hans Peter Wimmer

Im Unterschied zum Teamcoaching bietet Gruppencoaching eine Plattform für berufsbezogene Beratung in einer Lerngruppe, die sich aus TeilnehmerInnen unterschiedlicher Organisationseinheiten zusammensetzt. Gruppencoaching eignet sich für alle hierarchischen Ebenen. Selbst in gut funktionierenden Arbeitszusammenhängen professioneller und erfahrener Führungskräfte gibt es Raum für Verbesserungen, Veränderungen und Entwicklung. [...]



Der Weg flexibler Organisationen: Wenn die Führungskraft zum Coach wird

Von Silke Borgmann

Organisationen und ihre Kulturen kennen verschiedenste Ausprägungen. Zwei der bekanntesten und gleichzeitig diametral entgegengesetzten Kulturen sind die mechanische sowie die organisch-kulturelle Organisation. Hinter diesen Organisationsformen stehen nicht nur unterschiedliche Denk- und Handlungsmuster, sondern auch divergierende Welt- und Menschenbilder. [...]



Die vier Kommunikationskiller Ihres Teams und Ihrer Organisation

Von Heinz-Günter Arnold

Warum scheitern viele Beziehungen, während andere florieren? Warum arbeiten manche Teams perfekt zusammen und andere dümpeln vor sich hin? Der Psychologieprofessor und Buchautor Dr. John Gottman hat sich mehr als 25 Jahre mit der Frage „Was braucht es, damit Beziehungen funktionieren?“ befasst. Seine Erkenntnisse ermöglichen es ihm, mit sehr großer Genauigkeit vorauszusagen, ob eine Beziehung dauerhaft sein wird, oder nicht. [...]

Der vierteljährliche Rundbrief
für das Management



Wir begrüßen unsere neue Kollegin



Sofia Burau, Partner

„Mitarbeiter und ihr Engagement sind die wichtigsten Faktoren für den Erfolg eines Unternehmens. Das Organisationscoaching der Symbiont Group unterstützt Sie dabei, die wahren Potenziale ihrer Mannschaft zu entfalten.“

Schwerpunkte

Persönlichkeitsentwicklung und Business Coaching, Erarbeitung von Strategieplänen für Business und Karriere und Unterstützung bei ihrer Umsetzung, Mindfulness und Resilience Coaching.

Erfahrung

Mehr als 15 Jahre internationale Erfahrungen in USA, Frankreich und Russland, juristischer Hintergrund, zertifizierter Co-Active und Business Coach (ICF und CTI).

Neuerscheinung: [Zur Bestellung bei Springer/Gabler](#)

Leistung und Leichtigkeit. Das wahre Potenzial von Organisationen



Leistung gepaart mit Leichtigkeit, das ist es. Erst diese Kombination stellt das wahre Potenzial von Menschen, Teams und Organisationen dar.

Wenn die Menschen ihre Möglichkeiten ausschöpfen und ganze Organisationen wie gut eingespielte Mannschaften agieren, dann ist ein Unternehmen nicht nur wirtschaftlich erfolgreich, sondern alle ziehen an einem Strang und alle identifizieren sich mit der gemeinsamen Leistung.

Wie es gelingt, in den Zustand dieser organisatorischen Top-Liga zu kommen, zeigt dieses inspirierende Buch auf. Es beweist, dass Leistung und Leichtigkeit gleichzeitig gelingen können, aber nur gemeinsam, als Mannschaft.

Der Inhalt:

- Vorwort von Martin Bremer
- Die kühne Idee
- Organisationen: Ein Schatten ihrer selbst
- Traditionelle Ansätze haben Grenzen
- Coaching: Mehr davon!
- Non-Profit: Motivation pur
- Sport: Das Team und der Einzelne
- Katastrophen und Chaos: Kreise ziehen
- Die Organisation als Mischpult
- 10 Dinge an denen ein Coach eine Organisation in der TOP-Liga erkennt