

Lichtblick

Magazin für praktizierte
Individualpsychologie

In der Business-Welt

Inhalt

Heft 110

- Erfolg dank Gemeinschaft
- Eigene Emotionen managen
- Ermutigung im Arbeitsalltag
- Vom Pferd durchschaut
- Beratung bei Betriebsübergaben
- Begeisternd führen lernen
- Regionales und Familienrat

Erfolg gibt's nur im Plural

Ulrike Bergmann zeigt,
wie unternehmerischer Erfolg in Gemeinschaft leichter gelingt.



Ulrike Bergmann,
die Mutmacherin in Prien am Chiemsee. Als Beraterin, Autorin und Workshop-Leiterin begleitet sie lebenserfahrene Menschen, ihrem Leben in einer Selbstständigkeit eine neue Richtung zu geben und ihren eigenen Weg dorthin vertrauensvoll und mutig zu gehen. www.die-mutmacherin.de

Menschen in einer Unter-
stützungsgruppe motivie-
ren, hinterfragen, helfen
und begleiten sich auf
ihrem individuellen Weg
zu mehr Erfolg.

Als ich vor gut 25 Jahren den Entschluss fasste, mich auf den Weg in die Selbstständigkeit zu machen, ahnte ich nicht, dass ein Thema zentrale Bedeutung für mein Leben und mein Business gewinnen würde: Unterstützungsgruppen jeglicher Art.

Damals war ich noch in einem internationalen Unternehmen tätig und erlebte in der täglichen Arbeit oft die tiefere Bedeutung von Sprüchen wie: „TEAM = Toll, ein anderer macht's.“ In den folgenden Jahren war es mein Glück, dass ich schon bald auf etwas stieß, was so anders war als diese Erfahrungen. Im Rückblick ist mir klar geworden, dass ich ohne ein Unterstützungs-Team an meiner Seite in der Selbstständigkeit niemals erfolgreich geworden wäre.

Nach meinem Ausscheiden aus dem Unternehmen ging ich für einige Zeit in die USA und lernte dort eine besondere Form von Unterstützungsgruppen kennen: „Success Teams“. Hierbei handelt es sich um kleine persönliche Netzwerke, in denen sich Menschen gegenseitig darin unterstützen, ihre individuellen Ziele zu erreichen. Anders als in den erwähnten klassischen Teams arbeitet hier jedes Mitglied am eigenen Vorhaben und ist dafür verantwortlich, dieses voranzubringen.

Unter Gleichgesinnten entstehen Erfolge schneller und einfacher

Für viele Selbstständige ist die Teilnahme an einer Unterstützungsgruppe oft der wichtigste Garant dafür, dass sie mit ihrem kleinen Unternehmen erfolgreich werden. Solo-UnternehmerInnen sind ihrer Natur nach als Einzelkämpfer unterwegs – und scheitern aus persönlichen Gründen oft genau daran. Mit dem Schritt in die Selbstständigkeit sind sie plötzlich für alles alleine zuständig und verantwortlich.

Zumindest am Anfang ihres Weges ist niemand (mehr) da, der Aufgaben übernehmen kann. Zu neuen Ideen erhalten sie wenig bis keine Rückmeldungen und beginnen irgendwann, an sich selber zu zweifeln. Daher suchen sie nach Möglichkeiten, aus dem Dilemma des Solo-Daseins auszubrechen: Einerseits wollen sie alleine selbstständig sein und genießen die damit verbundene Freiheit. Andererseits brauchen sie den Austausch mit anderen, um wirklich erfolgreich zu werden. Da helfen Unterstützungsgruppen, die es heute in vielfältigen Varianten gibt.

Selbst organisiert oder begleitet – je nach Vorliebe

Je nach individuellem Wunsch und Bedürfnis lässt sich die passende Art von Unterstützungsgruppe finden. Auf dem weiten Markt der Möglichkeiten gibt es inzwischen für jeden Geschmack das passende Angebot. In selbst organisierten Formen wie Erfolgs-Teams oder Mastermind-Gruppen wird bzw. werden mancherorts ein oder mehrere Kennenlern- oder Einstiegstreffen angeboten. Darin beschnuppert man sich unter Anleitung und legt das eigene Vorhaben fest, ehe man sich für die Fortsetzung entscheidet und das Team auf eigene Faust weitermacht. In diese Kategorie fallen auch weitere Formen wie kollegiale Beratung oder Interventionsgruppen, die ausschließlich im beruflichen Kontext eingesetzt werden.

Wer sich eine professionelle Begleitung wünscht, ist in einer angeleiteten Gruppe besser aufgehoben. Die Angebote reichen hier von punktuell genutzten Supervisionsgruppen (vor allem im sozialen Bereich) über Mutmacher-Gruppen, in denen es um die Verwirklichung von persönlichen Vorhaben geht, bis zu Coaching-Teams. Diese können einen fachlichen Schwerpunkt haben oder einem spezifischen Thema dienen. Darüber hinaus gibt es viele Mischformen.

Förderung des Gemeinschaftsgefühls in Unternehmen

Auch in (größeren) Unternehmen haben Unterstützungsgruppen ihren Platz – wobei die Formen hier anders aussehen als bei den Solo- oder Kleinunternehmen. Methoden wie Coaching und kollegiale Beratung sind heute in vielen Unternehmen ein fester Bestandteil der Personalentwicklung. Damit finden hier Unterstützungsgruppen in Form von Coaching-Teams einen Platz im unternehmerischen Alltag. Bei Beachtung einiger Voraussetzungen wächst auf diese Weise eine starke Coaching-Kultur heran, die das Gemeinschaftsgefühl unter den Mitarbeitenden stärkt. Die entstehende größere Bindung an das Unternehmen hat einen zumindest indirekten, starken Einfluss auf die Entwicklung und den Erfolg des Unternehmens.

Was Unterstützungsgruppen so erfolgreich macht

In diesen Gruppen geht es nicht um ein gemeinsames Ziel, zu dem jeder seinen Teil zum Erfolg beizutragen hat. Stattdessen stehen vielfältige persönlich-berufliche Vorhaben im Mittelpunkt. Dies lässt viel Freiraum, im eigenen Tempo voranzugehen, und ermöglicht es, neue Erfahrungen zu machen. Jeder kann Dinge ausprobieren und gegebenenfalls damit scheitern. Das ist keine Schmach, sondern bietet die Möglichkeit, voneinander und miteinander zu lernen. Auf der anderen Seite entsteht aus dem unterschweligen Gruppendruck der nötige Ansporn, immer wieder mutige Schritte zu unternehmen, diese mit den anderen zu teilen und die Ergebnisse zu reflektieren.

Wenn die Gruppe von der Zusammensetzung her passt, entsteht eine Art geschützter Zone, in der sich alle frei austauschen können. Hier haben auch Ängste und Zweifel ihren Platz. Sie können offen angesprochen werden, ohne dafür bewertet oder beurteilt zu werden. In der Gruppe wirkt jeder als ein Spiegel für den anderen. Fragen, die eine Person beschäftigen, haben auch andere – oder sie werden von diesen beantwortet. Damit steigt die Lernkurve schnell an, denn eine negative Erfahrung, die andere schon gemacht haben, braucht man selber nicht zu wiederholen. Das spart Kraft, Zeit und Energie.

Zusätzliche Voraussetzungen in Unternehmen

Grundvoraussetzung dafür, dass Unterstützungsteams in Unternehmen funktionieren, ist die absolut freiwillige Teilnahme. Förderlich ist zudem, wenn die Mitglieder bislang nicht regelmäßig miteinander arbeiten, da andernfalls Rängeleien um Kompetenzen und Konkurrenzdenken ein zu großes Gewicht einnehmen. Daher sollte sich auch jedes Team selber aus dem Kreis der Interessenten bilden, ohne Eingriffe von außen. Die persönliche Entscheidung für die anderen Team-Mitglieder schafft die Basis für einen offenen und vertrauensvollen Umgang untereinander, der dazu führt, dass die Team-Mitglieder erfolgreich an ihren eigenen Themen arbeiten

können. Sie motivieren, hinterfragen, unterstützen und begleiten sich auf ihrem individuellen Weg zu mehr Erfolg, sprich: sie coachen sich gegenseitig – im Interesse des Einzelnen wie auch des Unternehmens. So bildet sich ein wachsendes Gemeinschaftsgefühl heraus: nicht von oben diktiert, sondern von unten her entwickelt; entstanden durch die Erfahrung der Zusammenarbeit – auf gleicher Ebene und im regelmäßigen Miteinander statt im so häufig anzutreffenden Gegeneinander.

Die Struktur ist entscheidend für den Erfolg

Ein striktes Gruppen-Management und eine klare Struktur im Ablauf stellen sicher, dass Aufwand und Ergebnis für alle in einem optimalen Verhältnis zueinander stehen. Daher hat jedes Treffen drei Teile: Einstieg – Unterstützung – Ausstieg.

In der **Einstiegsphase** erläutert jedes Mitglied in höchstens fünf Minuten, welche Schritte es seit dem letzten Treffen unternommen hat, um dem eigenen Ziel näher zu kommen. Das ist auch für die anderen interessant, weil sie so unterschiedliche Strategien und Ideen kennenlernen.

In den folgenden **Unterstützungsrunden** holt sich jedes Mitglied Anregungen, Ideen und Rat, um den eigenen Zielen näher zu kommen. Hier werden beispielsweise Kontakte vermittelt, Einschätzungen gegeben, ein Probelauf organisiert oder eine Strategie entwickelt. Zeiträumen: 15 Minuten pro Mitglied, je nach Gruppengröße.

Die **Ausstiegsphase** dauert wieder höchstens fünf Minuten pro Person. Hier halten alle fest, was sie bis zum nächsten Treffen erreicht haben möchten. Im Prinzip geht es um eine Art Selbstverpflichtung. Damit beim nächsten Treffen überprüft werden kann, wer sich wie weiterentwickelt hat, werden die vorgenommenen Aufgaben vom Protokollanten festgehalten.

Ein Beitrag zum Wandel in unserer Gesellschaft

Unterstützungsgruppen oder Coaching-Teams sind ein wichtiger Teil der wachsenden Community- und Netzwerk-Bewegung. Sie fördern persönliche Entwicklung, tragen zu Veränderungen bei und sichern künftige Erfolge. Daraus erwächst ein tiefes, inneres Verständnis für die eigene Verbundenheit mit anderen Menschen. Dies wird zur Erkenntnis, wie sehr die eigenen Handlungen zum Wohle anderer und letztlich zum Wandel in der Gesellschaft beitragen. Und so wird miteinander möglich, was André Heller so zum Ausdruck gebracht hat:

*Wenn einer träumt, bleibt es ein Traum.
Wenn viele träumen,
ist es der Anfang einer neuen Wirklichkeit.*

Verein für praktizierte Individualpsychologie



Verein für praktizierte
Individualpsychologie e. V.

Vorstand

1. Vorsitzender, Werner Strubel

Alleestr. 16 / D-67105 Schifferstadt / Tel.: +49(0)6235-92 09 26 / e-mail: w.strubel@vpip.de

2. Vorsitzender, Johannes Ott

Künkelsgasse 19 / D-98574 Schmalkalden / Tel.: +49(0)3683-665383 / e-mail: j.ott@vpip.de

Vorstandsmitglied, Carina Haindl Strnad

Hermann-Müller-Str. 20 / D-04416 Markkleeberg / Tel.: +49(0)341-3501903 / e-mail: c.haindlstrnad@vpip.de

Kassiererin, Ingrid Czerwinski

Enzstr.12 b / D-76344 Eggenstein-Leopoldshafen / Tel.: +49(0)7247-28 12 / e-mail: i.czerwinski@vpip.de

Schriftführerin, Ulrike Strubel

Alleestr. 16 / D-67105 Schifferstadt / Tel.: +49(0)6235-92 09 26 / e-mail: sekretariat@vpip.de und u.strubel@vpip.de

Themenschwerpunkt der nächsten Ausgabe:

150 Jahre Alfred Adler Grundlagen der Individualpsychologie

Redaktionsschluss: 15. Februar 2020

AnsprechpartnerInnen

Johannes Ott

Tel.: +49(0)3683-665383 / e-mail: j.ott@vpip.de
Kontaktperson für Kooperationspartner des VpIP

Erika Becker

Tel.: +49(0)9727-907313 / e-mail: e.becker@vpip.de
Buchversand *Familienrat nach Dreikurs – Ein Gewinn für alle*

Ingrid Czerwinski

Tel.: +49(0)7247-28 12 / e-mail: regionen@vpip.de
Kontaktperson für die VpIP-RegionalleiterInnen

Anja Heine

Tel.: +49(0)351-32 95 02 09 / e-mail: a.heine@vpip.de
Kontaktperson für die VpIP-Seiten bei Facebook

Ulrike Strubel

Tel.: +49(0)6235-92 09 26 / e-mail: u.strubel@vpip.de
Kontaktperson für die VpIP-Webseiten und Öffentlichkeitsarbeit

Carina Haindl Strnad

Tel.: +49(0)341-350 19 03 / e-mail: ip-forum@vpip.de
Information und Anmeldung zum IP-Forum und VpIP-Fortbildungen

Lichtblick

 Magazin für praktizierte
Individualpsychologie

Impressum

Das Magazin für praktizierte Individualpsychologie Lichtblick ist das offizielle Organ des Vereins für praktizierte Individualpsychologie e.V. (VpIP), mit dem Schwerpunkt auf der Beschreibung und Darstellung praxisorientierter Individualpsychologie. Herausgeber ist der Vorstand des Vereins für praktizierte Individualpsychologie e.V. (VpIP).

Redaktionsleitung: Nicole Weisheit-Zenz / e-mail: nwz.texte@gmx.de; **Schlussredaktion und Satz:** Roland Reischl / www.rr-koeln.de

Zuschriften bitte nur an die E-Mail-Adresse: magazin@vpip.de

Mediadaten mit allen Informationen zu Anzeigen finden Sie unter: www.vpip.de/downloads

Das Copyright aller namentlich gekennzeichneten Artikel liegt bei den Autoren. Das Copyright aller übrigen Beiträge liegt beim Verein für praktizierte Individualpsychologie e.V. Nachdrucke sind in jedem Fall genehmigungspflichtig. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die persönliche Meinung der Autoren wieder. Eingesandte Beiträge aller Art haben kein Recht auf Veröffentlichung. Die Redaktion behält sich Kürzung und Bearbeitung der eingesandten Manuskripte sowie Kürzung der Leserbriefe vor. Für die Rücksendung unverlangt eingesandter Manuskripte kann nicht garantiert werden. Zur Veröffentlichung gelangen nur Artikel, die per e-mail oder auf CD an die Redaktion gesandt werden.

Das Magazin Lichtblick erscheint vier Mal im Jahr und kann zum Preis von jährlich 25 Euro (Ausland: 40 Euro) abonniert werden. Bestellungen bitte an das Sekretariat. Mitglieder des Vereins für praktizierte Individualpsychologie erhalten die Zeitschrift kostenlos. Das Magazin Lichtblick wird gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier.