

COACHING-TIPP

Rudolf E. Fitz

Geschäftsführer
Coach Akademie Schweiz
Rebstein
Tel. 071 770 02 62
www.coachakademie.ch



FOTO: ZVG

Werte (Teil 1)

→ Sind Sie genug zielorientiert? Haben Sie Arbeit und Freizeit, neudeutsch die Work-Life-Balance, exakt auf Ziele und Ergebnisse strukturiert? Sind Sie Führungskraft und haben so wie ich im Studium das Führen über Ziele (management by objectives) erlernt? Und wie geht es Ihnen damit? Gut, gratuliere. Wenn Sie hingegen immer wieder mal

das Gefühl haben, dass mit der Zielorientierung etwas nicht stimmt, hier eine mögliche Erklärung, die vielleicht ungewöhnlich klingt. Wir Menschen sind von unserem Wesen her nicht zielorientiert. Weder brauchen noch wollen wir in Wirklichkeit Ziele. Was uns bewegt, sind nicht Ziele, sondern Werte. Nur in Werten steckt Motivation und Sinn. Und nur Motivation bringt uns in Bewegung, aktiviert Kräfte und Ressourcen. Und erst das – für uns persönlich – Sinnvolle erfüllt uns. Wenn Sie also nicht nur zufrieden, sondern dauerhaft erfüllt leben wollen, kann es klug sein, statt Ziele zu planen, sich mit Ihren Werten zu beschäftigen und sich darauf

auszurichten. Was sind nun Werte? Werte sind nominalisierte Zustände, die starke Gefühle beinhalten. Wann immer wir einen für uns wichtigen Wert vermehren, fühlen wir uns erfüllt. Wann immer wir einen Wert verletzen, d. h. nicht beachten oder aus unserem Leben verbannen, spüren wir Schmerz. Werte sind wie die Strassenschilder, Sie wollen uns durchs Leben führen, ein Leben, das selbstbestimmt und sinnerfüllt ist. In der nächsten Ausgabe werde ich beschreiben, wie Sie Ihre eigenen Werte identifizieren können, in der Folgeausgabe dann, wie sie vermehrt werden können. Liebe Grüsse, Rudolf E. Fitz, rudolf.fitz@coachakademie.ch