



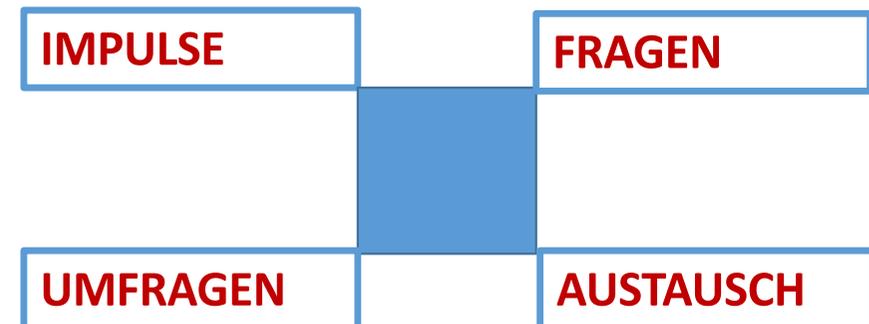
**LICH**  
**Willkommen**

Führungspersönlichkeiten im digitalen Zeitalter  
Resonanz erzeugen – eine achtsam-reflektierte und  
wertschätzende Haltung ist entscheidend

Prof. Dr. Corinna von Au  
Changetagung Basel  
Online-Panel am 28.01.2022

# Überblick

- Besondere Herausforderungen im digitalen VUCA-Zeitalter
- Resonanzerzeugung mit einer achtsam-reflektierten und wertschätzenden Haltung
- Möglichkeiten und Grenzen der individuellen Resonanz-Weiterentwicklung



# Besondere Herausforderungen im digitalen VUCA-Zeitalter



Walter Benjamin 1892-1940 © Wikipedia

*„Wann immer sich  
die Medien ändern,  
ändert sich auch die  
Gesellschaft“*

Viele Teilnehmer\*innen – Hohe Spontanität – Steigende Kopplungsdichte

→ **erhöhen die Wahrscheinlichkeit der Entstehung nicht linearer  
Aufschaukelungen/Hypes**

# Zunehmende Komplexität



Karl Valentin 1882-1948 © Wikipedia

*„Prognosen sind schwierig,  
besonders  
wenn sie die Zukunft betreffen“*

Enorme Vielfalt und Individualität in der VUCA-Welt

→ **Zieldefinition und Planung verliert an Bedeutung**

→ **Wie soll mit Komplexität umgegangen werden?**

## Art der Komplexitätsreduktion ist entscheidend!



© Ursus Wehrli – Die Kunst aufzuräumen (2011) – Bildpaar Nudelsuppe

- Aushalten von Komplexität und
- adäquate Komplexitätsreduktion

→ **Erkennen und Reflexion von Zusammenhängen (Kontext)!**

# Zunehmende Demokratisierung

- Die Komplexität kann einer allein nicht mehr stemmen
- Große Vernetzung „außerhalb“ des Systems erfordert auch eine große Vernetzung „innerhalb“ des Systems
  - Weitere Erhöhung der Komplexität
  - Machtverschiebungen im System: Das Netz entscheidet
  - grds. Tendenz zur Demokratisierung (Partizipation)



Bild © pixabay

## Was ist entscheidend?

- **Emotionale Resonanz ganz entscheidend, um das Netz (innen wie außen) tatsächlich zu erreichen!**

# Resonanzzeugung mit einer achtsam- reflektierten und wertschätzenden Haltung

## Achtsames Gespräch?



# Resonanzbegriff

- **Lateinisch** „resonare“  
= widerhallen
- **Akustisch-physikalischer Begriff:**  
Bezug zwischen zwei  
schwingungsfähigen Körpern  
→ Resonanz wird nur erzeugt,  
wenn die Schwingung des  
eigenen Körpers die Eigen-  
frequenz des anderen  
Körpers anregt



Bild © pixabay

# Resonanz und Haltung

## Viele Resonanzphänomene:

Handlungen und Gefühle von anderen setzen eigene Handlungen und Gefühle frei

### → Spiegelneuronen:

Unterbewusstes Kopieren der inneren und äußeren Haltung des anderen

→ nur wer seine Umwelt (z.B. seine Mitarbeitenden) wirklich „erreicht“, erzeugt **emotionale Resonanz** ...



Beide Bilder © pixabay

# Umfrage: Resonanz erzeugen – wie?



## **WORTEWOLKE**

Was ist in einer Begegnung/in einem Gespräch fundamental, um emotionale Resonanz zu erzeugen? **Bitte Schlagwörter**

**Bitte nehmen Sie an der Umfrage teil.**  
**Die Auswertung erfolgt anonymisiert.**  
**Danke!**

# Wertschätzende, achtsam-reflektierte Haltung

## Erforderliche Grundhaltung nach Carl R. Rogers (1902-1987)

- Empathische und offene Grundhaltung
- Akzeptanz und positive Beachtung der anderen Person (positives Menschenbild)
- Authentisches und kongruentes Auftreten

## Achtsamkeit

- die bewusste,
- nicht urteilende Aufmerksamkeit
- im „Hier und Jetzt“

→ **Aktiv wahrnehmen, zuhören und agieren**

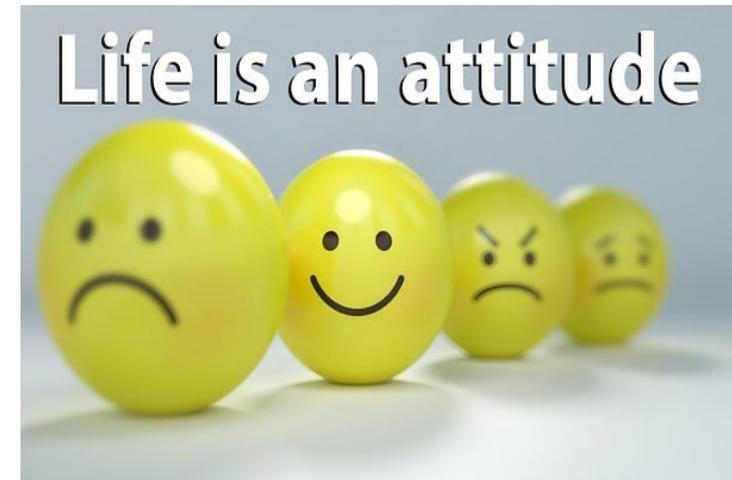
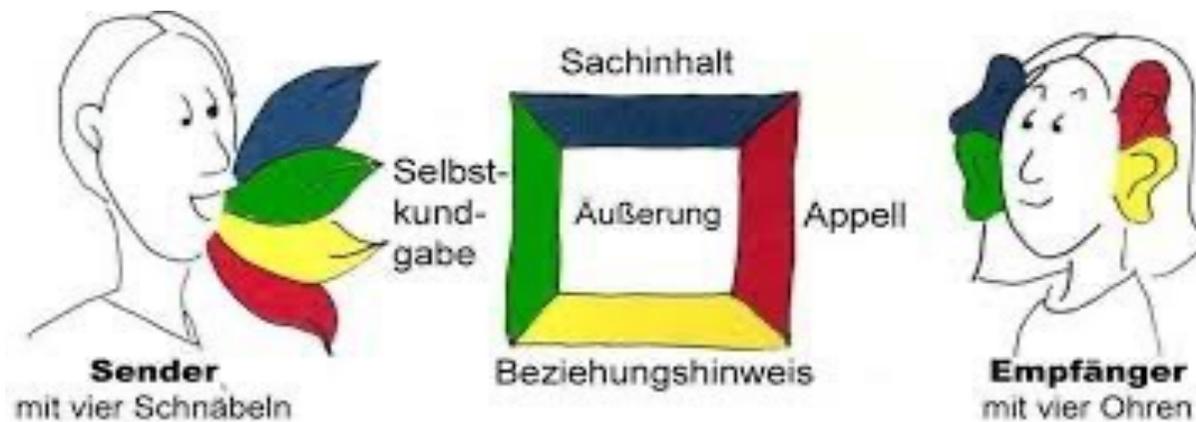


Bild © pixabay

# Resonanz im digitalen Raum noch herausfordernder!

TECHNIK und UMFELD: (Arbeits-) Technische und sonstige (Umwelt-) Störungen



4 Seiten einer Nachricht;  
© Schulz von Thun  
Institut für Kommunikation  
[www.schulz-von-thun.de](http://www.schulz-von-thun.de)

## KOMMUNIKATION im digitalen Raum

- Nonverbale Kommunikation stark eingeschränkt
- Oftmals nur Fokus auf Sachinhalt und Appellebene
- Oftmals nur kurze Nachrichten, um „Zeit zu sparen“
- Emojis nur bedingter Ersatz der Gefühlsäußerung  
→ Gefahr von Missverständnissen

MENTALE NÄHE von digitalen Teams  
durch einen achtsam-reflektierten und  
wertschätzenden digitale Begegnungs- und  
Kommunikationsraum

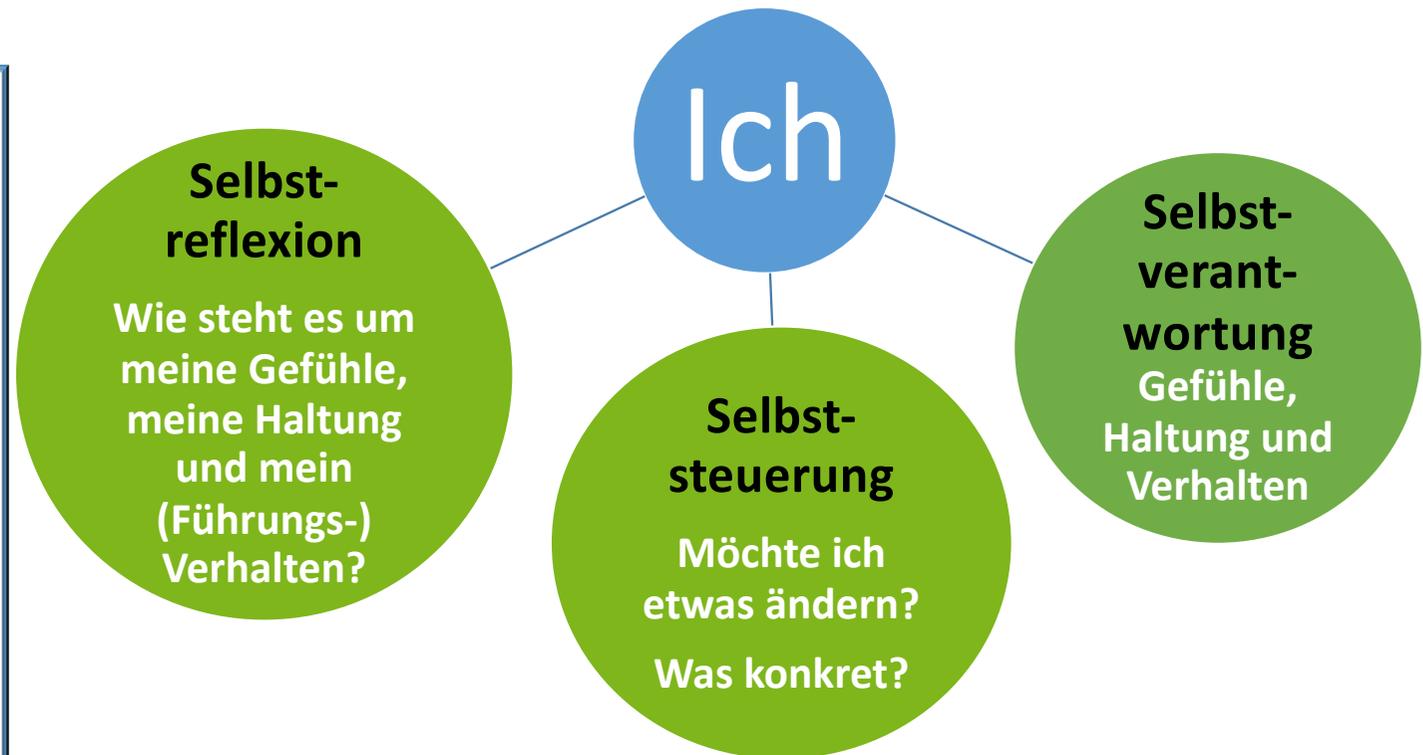
→ Führungspersönlichkeit als Vorbild und  
Enabler einer „guten“ Begegnung

# Möglichkeiten und Grenzen der individuellen Resonanz-Weiterentwicklung

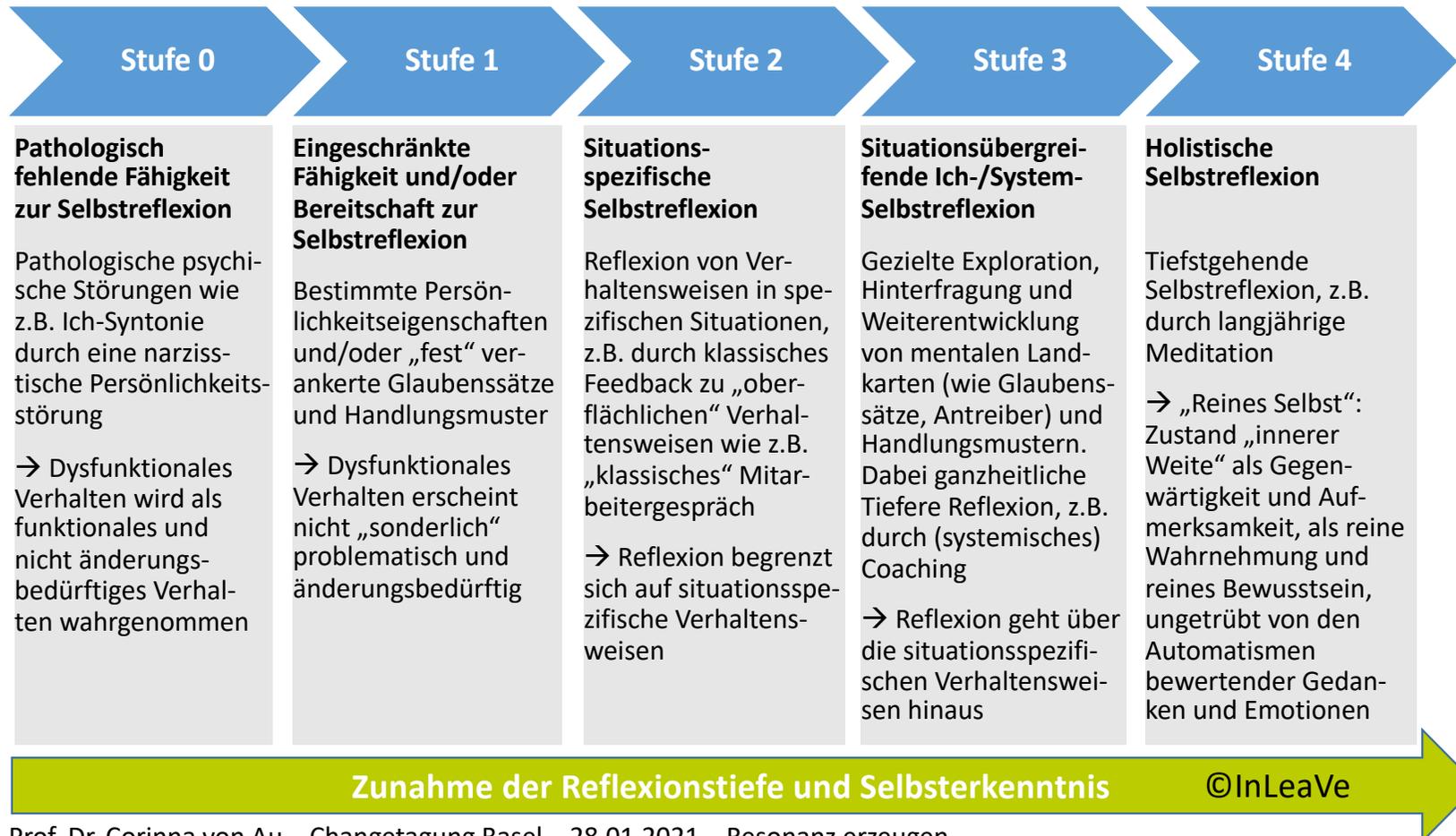
# Führung beginnt mit Selbstführung

*„Zu mir allein  
will ich reden  
und tiefer  
in mein Inneres  
blicken  
und mich so  
allmählich mit mir  
selbst bekannter  
und vertrauter  
machen zu  
suchen.“*

(Rene Descartes 1596-1650)



# Stufen der Selbstreflexion



# Umfrage: Reflexion mentale Landkarten



## **MEHRFACHAUSWAHL**

Was ist der Grund, dass sich (noch) nicht alle Führungspersönlichkeiten mit ihren mentalen Landkarten beschäftigt haben?

**Bitte nehmen Sie an der Umfrage teil.**  
**Die Auswertung erfolgt anonymisiert.**  
**Danke!**

# Mentale Landkarten und somatische Marker

## Warum lohnt es für Führungspersönlichkeiten, sich mit seinen mentalen Landkarten und somatischen Markern zu beschäftigen?

- Im (bisherigen) Leben verankerte mentale Landkarten wie Glaubensmuster und Antreiber sowie somatische Marker beeinflussen im besonderen Maße eigene Gedanken, Gefühle und Handlungen.
  - Insbesondere in Stresssituationen kommen diese zum Vorschein, z.B. mit den Folgen „laut werden“, „ungeduldig werden“, „lieber alles schnell selber machen als delegieren“ ...
- Welches Gewicht möchte ich diesen (alten) Landkarten und somatischen Markern geben?
- Wenn gleiche/verschiedene (ausgeprägte) mentale Landkarten aufeinander treffen, hat dies immer eine ganz spezifische Wirkung
- Kenne ich diese? Wie gehe ich damit um?



Bild © pixabay

**Mentale Landkarten und somatische Marker  
können i.d.R. erfolgreich im Führungskräfte-Coaching bearbeitet werden!**

*Zu wissen,  
dass **VERÄNDERUNG** möglich ist,  
und der **WUNSCH**,  
Veränderungen vorzunehmen,  
Dies sind zwei große erste  
Schritte.*

Virginia Satir (1916-1988; US-amerikanische Psychotherapeutin)

Für spätere (Rück-)Fragen  
und Austausch

[corinna.vonau@inleave.de](mailto:corinna.vonau@inleave.de)

[www.inleave.de](http://www.inleave.de)

