

## **Führungsimpulse.**

### **Aus der Praxis für die Praxis.**

#### **Die wichtigsten Führungsfähigkeiten**

---

Zu den wichtigsten Führungsfähigkeiten gehören laut einer aktuellen Studie von Dr. Bibi Hahn (Hahn 2016), in die mehr als 2.000 besonders starke Führungskräfte auf Top Management Ebene einbezogen wurden, folgende Skills: Empathie, Beziehungsfähigkeit, Emotionale Stabilität, Sozialisationsfähigkeit, Einflussfähigkeit und die Fähigkeit zur situativen Selbstwahrnehmung. Auch in dieser Studie bestätigte sich wieder klar die Erkenntnis, dass eine starke Führungskraft wesentlich mehr Persönlichkeits- und Sozialkompetenz benötigt, als die in der Praxis häufig überbewertete Fachkompetenz.

Doch kann man essentielle Skills, wie Beziehungsfähigkeit oder Empathie überhaupt lernen?

Zuerst das Gute: Empathie ist bis zu einem gewissen Grad erlernbar! Aber es braucht Zeit und Übung. Im Rahmen eines längerfristigen Coachings entwickeln sich diese Fähigkeiten fast wie von selbst. Gerade hier geht es darum, die eigenen Gefühle zu erkennen, das innere Team zu führen oder den roten Faden für belastende Lebensthemen zu erkennen. Ebendies führt zur Empathie für sich selbst und andere.

#### **Anbei möchte ich Ihnen eine kleine Übung geben, die Ihnen hilft, Ihre Empathie zu trainieren.**

##### **Denken Sie an eine schwierige Situation, z.B. ein schwieriges Mitarbeitergespräch, eine Konfliktsituation, o.ä.**

- Wie ging es Ihnen da?
- Wie haben Sie sich da gefühlt? Wie noch?
- Was macht das mit Ihnen, wenn Sie sich so fühlen?
- Was haben Sie da über sich selbst gedacht?
- Was hätten Sie in dieser Situation gebraucht? Was war Ihr Bedürfnis?

##### **Dann schlüpfen Sie bitte gedanklich in Ihr Gegenüber**

- Wie war dessen Sicht auf die Situation?
- Was vermuten Sie? Welche Gefühle waren bei ihm/ihr vorherrschend?
- Woran haben Sie das erkannt?
- Was hätte er/sie in dieser Situation gebraucht? Was war sein/ihr Bedürfnis?

#### **AKTION:**

Reflektieren Sie mit diesem Schema anspruchsvolle Situationen. Suchen Sie nicht nach Lösungen. Diese Übung ist im ersten Schritt nur dazu gedacht, Ihre Empathie zu trainieren.

\*Hahn, B. (2016). Verstehen, aber nicht mitleiden - wie Führungskräfte richtig mit Gefühlen umgehen. Wirtschaftspsychologie aktuell (03/16)