

Interview mit Claudia Maurer, Führungskräfte-Coach

„Kognitiv sehen sich die Führungskräfte gerne als Tiger“

Die Geburtsstunde des ersten Shaolin-Klosters und damit auch der Shaolin-Philosophie datiert auf das Jahr 495 n. Chr. zurück. Seither haben Shaolin-Mönche nicht zuletzt auch durch Kung Fu immer wieder gezeigt, zu welch außergewöhnlichen Dingen sie fähig sind. Auch Führungskräften sollen die Lehren aus dem Shaolin starke Mittel an die Hand geben können. Solche Werkzeuge vermittelt Claudia Maurer Führungskräften gemeinsam mit dem europäischstämmigen Shaolin-Mönch Shi Xing Mi in Executive Coachings und Seminaren.

VC Magazin: Beim Shaolin-Coaching ist das Ziel die sogenannte Personal Mastery. Worum geht es dabei?

Maurer: Seit über 20 Jahren gebe ich Team- und Einzelcoachings für Führungskräfte und so lange befasse ich mich auch mit Einflussfaktoren für erfolgreiches Selbstmanagement. Das Shaolin und die fast schon übermenschlichen Leistungen haben mich zu der Frage bewegt, wie man Shaolin-Weisheiten und -Methoden für einen Ansatz zum optimierten Selbstmanagement verbinden kann, eben zur Personal Mastery. Gemeinsam mit dem Shaolin Shi Xing Mi helfen wir in unseren Shaolin-Trainings und -Coachings Führungskräften, mehr Gelassenheit und Souveränität zu erreichen. Äußere und innere Erfolge sind unser Ziel.

VC Magazin: Was sind aus der Erfahrung Ihrer Shaolin-Arbeit die Hauptfaktoren für den Stress bei Managern und Unternehmern?

Maurer: Viele Manager sind zu wenig bei sich selbst; sie handeln fast automatisiert und häufig ohne Freude. Sie lassen ihren Motor morgens anspringen, arbeiten den ganzen Tag im Autopilotmodus. Erst nach vielen Jahren merken die meisten, dass sie innerlich leer geworden sind, obwohl sie extrem viel erreicht haben. Diese Fehlentwicklung ist meiner Erfahrung nach besonders im oberen Management zu beobachten, dort also, wo der Druck in den letzten Jahren extrem zugenommen hat. Manager haben viel mehr Angst vor dem Scheitern als früher, zumal die Verweildauer auf Führungspositionen, insbesondere auf der ersten Führungsebene, immer kürzer wird. Um den Erwartungen von Investoren, Gesellschaftern oder Mitarbeitern gerecht zu werden, überspielen Führungskräfte diese Ängste und steigern damit den ohnehin hohen Druck. Sie sind dann am Rande ihrer persönlichen Grenzen und empfinden viele Arbeitstage als Kampf. Als Folge strahlen sie oft subtil negativ auf ihr Umfeld aus und verhindern so die optimale Teamleistung, die in den Erwartungen von Stakeholdern und auch als Wettbewerbsvorteil immer bedeutsamer wird.

VC Magazin: Wie kann das Shaolin-Coaching helfen?

Maurer: Die oft hochleistungsgetriebenen Dauerperformer sind häufig unreflektiert, weil sie mehr als andere glauben, dass das, was sie tun, richtig ist. Sie geben alles, aber richten ihre Konzentration nicht auf das Richtige. Man bringt viele Manager wieder in Balance, indem der „Beginner Mind“ aktiviert wird und damit der permanente Urteilsmodus vorübergehend außer Kraft gesetzt wird. Es entsteht eine oft überwältigende Klarheit für den



Claudia Maurer

trainiert seit über 20 Jahren Führungskräfte in Einzel- und Team-Coachings. Nach einem einschneidenden Erlebnis wandte sie sich den Lehren des Shaolin zu, entwickelte einen Weg, wie die Philosophie des chinesischen Klosters in Form des „Shaolin-Coachings“ für Führungskräfte genutzt werden kann.

Betroffenen über die häufig sehr fest gefahrenen Strukturen seines Denkens und Handelns. Kern zur Lösung dieses Dilemmas sind Instrumente des „Loslassens“, die auch die Shaolin über Jahrtausende praktizieren, eine gesunde Balance herstellen für den Aufbau echter Zufriedenheit und die Entwicklung zu dem Besten, der man sein kann. Diesen Aufbau führe ich in meinen Seminaren anhand von sieben Kompetenzen der Shaolin durch. Achtsamkeit, Balance, Disziplin, Klarheit, Haltung, Loslassen und Gelassenheit führen zum Ziel. Und am Ende des Prozesses steht die persönliche Meisterschaft.

VC Magazin: Gerade auch Achtsamkeit spielt also eine große Rolle, wie genau?

Maurer: Achtsamkeit ist der Schlüssel, um zu erkennen, was Sie voranbringt oder was Sie behindert beim Erreichen Ihrer Ziele. Diese Achtsamkeit kann man trainieren. Dafür haben wir z.B. die Zehn-Steine-Übung. Zehn Steine in einer Hand stehen für: „Ich

bin mit 100% meiner Energie bei dem, was ich gerade tue.“ Wenn man telefoniert und parallel über ein anderes Kundenprojekt nachdenkt, ist man mit 20% seiner Aufmerksamkeit woanders. Bei der Übung gibt der Coachee zwei Steine aus der Hand, um sich seiner Ablenkung bewusst zu werden. Im Management geht es auch um die Souveränität der Gelassenheit, sich zurückzulehnen und zu beobachten, statt dauernd zu agieren, z.B. in einem Meeting selbstreflektierend zu beobachten: „Wie würde ich jetzt reagieren, was passiert, wenn ich nicht reagiere, was ist besser? Was wird sich verändern, wenn ich reagiere?“ Es geht um Handeln im Nichthandeln.

VC Magazin: Im Shaolin und Kung Fu sind Tiere wie Schlange oder Tiger Symbole für die Bewegungsformen. Wie übersetzen Sie diese Tierweisheit in die Management-Welt?

Maurer: Die Shaolin-Mönche haben für das Kung Fu Tiere beobachtet und daraus Bewegungsformen für den Umgang mit Extremsituationen abgeleitet. Es geht um die Möglichkeit, mithilfe von festgelegten Bewegungsabläufen die Energie des einzelnen sichtbar und spürbar zu machen. Faszinierend ist, dass jeder selbst spürt, welche Form am besten zu ihm passt. Kognitiv sehen sich die Führungskräfte immer gerne als Tiger, also Alphatier. Das ist dann ungesund, wenn die Stärken ganz woanders liegen. Wer mehr Klarheit über seine energetischen Reaktionsmuster und -potenziale erhalten möchte, findet in den Tierstilen der Shaolin ein hilfreiches Instrument. Im richtigen Tiermodus sind sie gewappnet für alle Eventualitäten und können auf Unvorhergesehenes und Stresssituationen optimal reagieren. Je stimmiger die Tierbilder in einem Team gelebt werden, desto einfacher ist es, in diesem Team erfolgreich zu arbeiten.

VC Magazin: Sie haben Regeln für mehr Teamspirit erarbeitet. Was ist da am wichtigsten?

Maurer: Das Umfeld eines Menschen spürt die Qualität der Gedanken dieses Menschen als Ausstrahlung oder Energie. Dabei ist das, was unterdrückt wird, oft stärker wahrnehmbar als das Gelebte. Wer sich und seinen Energiezustand einzuschätzen weiß, kann ihn optimal verwalten, eingefahrene Muster verlassen und anspruchsvolle Ziele erreichen. Hier hat das Energiemanagement des Teams eine potenzierte Wirkung. Wir nennen es Superkraft oder Teamspirit. Sehr wichtig ist Respekt: Kommunizierte Aggressionen, Ängste, Misstrauen oder Selbstzweifel senken den Energielevel des Teams. Wohlwollen, Zuspruch, Ver-

trauen und Selbstentfaltung erhöhen ihn. Wenn ich daran zweifle, dass mein Charakter und meine Natur von anderen akzeptiert werden, stelle ich nicht meine ganze Energie zur Verfügung. Das gilt für jedes System: Freundschaft, Ehe, Team und Unternehmen. Übrigens, in besonderem Maße im Venture Capital-Bereich: Ich kenne eine Reihe von Gründern, die es geschafft haben, diesen Ansatz intelligent zu nutzen: Start-ups sind erfolgreich, wenn das Gründerteam es schafft, Talente für das ja erst im Entstehen befindliche Projekt zu gewinnen, Menschen für das Projekt zu begeistern und einen guten Teamspirit zu kreieren. Dann habe ich gesehen, dass gestandene Manager und Ingenieure zu einem Discount bei Start-ups einsteigen.

VC Magazin: Dabei sind aus Ihrer Sicht shaolingepägte Tugenden so wichtig. Was meinen Sie damit?

Maurer: Tugend geht auf „taugen“ zurück und bezeichnet die Vorzüglichkeit eines Menschen, also seine herausragenden positiven Eigenschaften. Mitarbeiter werden primär für ihre Fähigkeiten eingestellt, aber für fehlende Tugenden entlassen oder sie kommen wegen eines Unternehmens und gehen wegen des Chefs. Wenn Unternehmen auch auf die Tugenden der Mitarbeiter achten würden, gäbe es weniger Schwund und weniger Reibung. Ein Mitarbeiter, der Kerntugenden wie Leidenschaft, Selbstbeherrschung, Mitgefühl, Demut, Geduld oder Respekt mitbringt, wird immer gut sein. Für Führungskräfte gilt: Menschen werden dann als charismatisch wahrgenommen, wenn sie konstant tugendhaft agieren, auch gegen Widerstände oder in unangenehmen Situationen.

VC Magazin: Kung Fu ist ja eine Kampfkunst, was kann man daraus für den Umgang mit Konflikten lernen?

Maurer: Wenn es in meinen Seminaren um das Thema Kämpfen geht, kann man eine Feder fallen hören. Es ist also für viele Leute ein zentrales Thema. In Konflikten, wenn jemand sich verteidigt, wenn jemand zornig, aggressiv, wütend ist, rege ich an zu reflektieren: Wann gehe ich in einen Kampf rein, wofür kämpfe ich, wogegen kämpfe ich? Wenn ich verstehe, dass ich eigentlich immer verliere, wird es leicht.

VC Magazin: Vielen Dank für das Gespräch Frau Maurer. ■■■

Georg von Stein
redaktion@vc-magazin.de