

# Authentisch im Job

«Ich darf immer alles denken, was ich sage, aber vielleicht nicht immer alles sagen, was ich denke».

Ilka Piechowiak, ehem. Spitzen-Handballerin

**W**ie gelingt es, Echtheit zu erlangen und zu bewahren, insbesondere in der Businesswelt? Wann bin ich souverän und authentisch? Und wie wird man daraus folgend «echt» erfolgreich?

**Lassen Sie mich mit der Authentizität beginnen.** Jeder

Mensch ist so authentisch, wie er sich selbstsicher und

klar mit sich selbst in seinem beruflichen Umfeld bewegt.

Im Klartext: authentisch im Job kann ich nur sein, wenn ich den Mut habe, Grenzen zu stecken, auch mal Erwartungen nicht zu erfüllen und auf meine inneren Werte achte. Dieser Mut kommt, je besser ich mich kenne.

Der Schlüssel liegt vor allem in der Kenntnis und Bewältigung unserer unbewussten Ängste, die sich in soziale Angst, Leistungs- und Existenzangst (nach Florian Neuhaus: Angstbewusste Führung, Springer Gabler Verlag) einteilen. Wenn ich weiss, wovor ich Angst habe, kann ich mein Verhalten und Auftreten besser steuern. Für ein zufriedenes, selbstbestimmtes Arbeiten ist das meines Erachtens unabdingbar. Das bedeutet übrigens auch, nicht unbedingt immer alles zu sagen, was man denkt. Daher lautet meine Devise: «Ich darf immer alles denken, was ich sage, aber vielleicht nicht immer alles sagen, was ich denke.» In diesem Zusammenhang hat die Selbstwahrnehmung eine grosse Bedeutung – und zwar im Sinne einer «gesunden» Selbstreflexion. Wann ma-

che ich mich klein? Wem gegenüber reagiere ich eventuell überheblich, etc.? Ich sollte mich selbst bestmöglich kennen, dann kann ich mich von Fall zu Fall auch gut einschätzen.

**Was braucht es nun, um souverän und professionell in der eigenen Rolle zu sein?** Unsere Rolle ist das, was andere von uns erwarten. Und wer bin ich denn in dieser Rolle? Wer sind die «Mitspieler» in meinem beruflichen Umfeld?

Beherrsche ich die Spielregeln? Habe ich das «beleuchtet», dann kann ich meine Rolle gestalten. Beinahe automatisch kommt damit auch die Souveränität, denn ich verhalte mich meiner Rolle professionell angemessen. Souveränität betrachte ich daher als Folge der eigenen Authentizität und dieser Rollensicherheit. Diese Kombination fördert unsere Glaubwürdigkeit, bringt Erfolgs- und Vertrauensvorschuss.

**Als ehemalige Leistungssportlerin** habe ich früh gewusst, wie ich meine Talente am besten nutze. Kombiniert mit eiserner Disziplin, permanenter harter Arbeit an sich selbst, Bereitschaft zu Verzicht und Durchhaltevermögen bringt Dich das unweigerlich nach vorn. Der «zündende Funke» ist allerdings die Leidenschaft für das eigene Tun. Deshalb gebe ich Ihnen mit: Machen Sie Ihr Ding!

Tun Sie immer das, was Sie nicht lassen können und lassen Sie das, was Sie nicht wollen. Je besser Sie sich selbst kennen, umso leichter gelingt Ihnen das.

