

# UPGRADE-Seminar Emotional gesund leiten

Referent: **René Winkler**

UPGRADE: Samstag 14.15h | SSH Raum K23 | 75'

**Glaubensriesen – Seelenzwerge** (Buchtitel Peter Scazzero). Kürzer und treffender hat es noch niemand formuliert: Im Schatten einer offensichtlichen Stärke kann sich eine unreife Seite der Persönlichkeit lange duckmäusern. Zum Schaden aller. Man kann die Bibel noch so gut kennen und diszipliniert christlich leben: emotionale Unreife führt in wichtigen Momenten dazu, dass man sich mit sich selbst beschäftigt, statt zu lieben. Emotional gesund leiten – ein gutes Ziel für Menschen mit Leitungsverantwortung.



## ■ Vorstellung RW

- Vita steckbriefmässig, Fokus Leitungsaufgaben

## ■ Einführung ins Thema

- "**Glaubensriesen - Seelenzwerge**": die Geschichte von Pete SCAZZERO (& Geri)
  - Aufrichtigkeit, Transparenz, Integrität, Charakter (vs. Image)
  - RW: Es gibt m.E. sehr wesentlich um meine Antwort auf Frage: Was ist Erfolg?

## ■ THEMA: Emotional gesund leiten

- **Offensichtliche Stärken**: Bibelkenntnis, Sprachfähigkeit, Intelligenz, Leitungsbegabung, Leidenschaft, Leistungsfähigkeit, Opferbereitschaft, ...
- **Unreife Seite der Persönlichkeit**:
  - Konkurrenzdenken (vs. Ergänzung = Programm)
  - Angst, sich beweisen müssen (Gegenbeweis erbringen)
  - Selbstgefälligkeit (Narzissmus)
  - Menschenfurcht
  - Prägung (Herkunftsfamilie)
  - Vermeidung von (erneuten) Erfahrungen, ...
- **... führt dazu, dass man in wichtigen Momente "mit sich selbst beschäftigt ist"**:
  - Kritik, Konflikt
  - bestimmte Personen sagen/tun was (trifft unsere Angst, Unsicherheit; gefährdet unser Ziel/Hoffnung/Wunsch), ...
- RW: Unreife KONKRET
  - Die **Entscheidung**, die ich monatelang herauschob, weil ich die Enttäuschten fürchtete.
  - Die **Selbstsicherheit**, die innerhalb einer Minute verdunstete, als mein vorgesetzter **Regionalleiter** unangemeldet im Gottesdienst sass
  - Eine **nicht ausgesprochene Kritik** aus Angst vor meinem Imageschaden
  - Die **Wunde**, die der Gemeindeaustritt eines Ehepaares in mir schlug, und mir lange Stunden und viele Tage die Motivation zersetzte
  - Die **Emails**, die ich während der Sitzung erledigte
  - Die **Predigt**, die während den Plenumsveranstaltungen der Konferenz vorbereitete

- Den **Witz**, den ich auf Kosten eines andern machte
- Der **Rückzug**, weil jemand da war, der **es besser konnte als ich**.
- Den **Wunsch**, den ich nicht äusserte.
- Die **Nachtarbeit**, die ich **meinem Perfektionismus opferte**.
- Die **Ausflüge ins Internet** in Momenten gefühlter Leere

### Aber WARUM?!



SCAZZERO "Emotional gesunde Spiritualität" (EHS).

Emotionale Gesundheit und geistliche Reife sind untrennbar.

Eine Thematik, die RW schwerpunktmässig im Fokus hat:

**geistlich.emotional.reifen.**



#### ○ Begriffsklärung

- **Geistlich**: vom Geist Gottes bewegt, übereinstimmend mit dem Herzen Gottes und seinen Wünschen

! **Nicht zu verwechseln mit Bibelkenntnis (-Wissen)!!**

Da liegt ein Knackpunkt: Etwas zu wissen (evtl. auswendig), zu verstehen und einverstanden sein und es gegen andere Meinungen zu verteidigen, bedeutet noch längst nicht "Leben", auch nicht Nachfolge Jesu (Jüngerschaft).

- **Emotional**: Befindlichkeit, Gefühle, seelische Verfassung
- **Reifen**: die werdende wahre Grösse, der Ursprungsidee je länger desto näher, geniessbar, überzeugend.

## ■ WHY? geistlich.emotional.reifen.?

★ ... **weil Persönlichkeit Spuren hinterlässt! [für ANDERE]**

Persönlichkeitsentwicklung erfolgt zum grossen Teil über Nachahmung (+ Reflexion, Selbstverantwortung bzw. Selbstführung).

- Unbewusste Prägung tragen wir so unbewusst wie sicher in die Gemeinde.
- Reproduzierung der eigene Prägung in den Nachfolgern
- **Was uns im tiefsten Innern bewegt, fruchtet immer!**

★ **Eph 4,1: Wandelt würdig eurer Berufung! [für IHN]**

Eine Ausdruck der Ehre, Dankbarkeit und Liebe!

! **Nicht für mich!**

## ■ Vier Kennzeichen eines emotional unreifen Leiters

[in Anlehnung an Peter Scazzero]

### a. Geringes Mass an Selbstwahrnehmung

- Antrainiert, was wo von einem erwartet wird zu zeigen (korrektes Verhalten, richtige Antworten, passende Klagen)

- Was nicht sein darf, ist nicht (zB "schlechte" Emotionen wie Ärger, Wut, Hass, Angst, Verzweiflung, ...)

**To do:**

- Ehrlich hinschauen! Schonungslos unter die Oberfläche schauen (Eisberg)
- Prägung erkennen! Werte und Kultur der Herkunftsfamilie verstehen.
- Trauer und Verlust bewusst werden, annehmen und zulassen.

**b. Dienst erscheint wichtiger als der private Lebenskontext**

- Untaugliches Bild oder Zerrbild von Erfolg als (Gemeinde)Leiter
- Kein oder schwaches Bild von Erfolg im persönlichen Leben und der Familie
- GIFT: Erfolg = grösser, mehr, besser!

**To do:**

- Begrenzungen erkennen und dankbar annehmen (Begabung, Erfahrung, Physik, Psyche, Möglichkeitenj)

**c. Mehr für Gott tun, als die tatsächliche Beziehungen zu Gott zu tragen vermag**

- Äusserer Dienst : innere Stärke. Wenn der innere Mensch nicht ausreichend mitwächst oder der äussere Dienst zu früh grösser wird
- GIFT: Tun ist wichtiger als sein!
- GIFT: Oberflächliche Spiritualität ist okay!

**To do:**

- Verletzlichkeit eingestehen, zulassen, wiedergewinnen und erhalten!

**d. Fehlender Rhythmus von Arbeit und Ruhe**

- Tempo, Dichte
- GIFT: Nur nicht rütteln, solange alles läuft wie gewohnt!

**To do:**

**i. Lebensregel entwickeln (Rule of Life):**

**Gottes Liebe** empfangen und weitergeben in

- Gebet
- Ruhe / Erholung
- Beziehungen
- Arbeit / Aktivitäten

## Die 5 Phasen der Veränderung






- ★ **Gesagt ist nicht gehört.**
  - Gehört ist nicht verstanden.**
  - Verstanden ist nicht einverstanden.**
  - Einverstanden ist nicht behalten.**
  - Behalten ist nicht angewandt.**
  - Angewandt ist nicht beibehalten.**
- Konrad LORENZ

## Schluss

**"Von allen Führungsaufgaben ist die Selbstführung die schwierigste. Alle Führungsaufgaben beginnen und enden mit der Selbstführung."**

## Hinweise:

-  <https://brunnen-verlag.de/emotional-gesund-leiten.html#>
-  Material: <https://brunnen-verlag.de/blog/glaubensriesen>
-  Angebote "geistlich.emotional.reifen": <https://tsc.education/events/>

<p>30. bis 22. Mai 2019, Dieses Lehrgang</p> <h3>Hausbootwoche für Männer</h3> <p>Drei Männer sind sieben Tage unter sich. Auf einer gemeinsamen Bootreise durch eine wunderschönen Landschaft, verleiht ein professioneller Coach, viele Schlüsselwissen der Tage. Das Team wird dabei begleitet und unterstützt, um über persönliche Blockaden und Muster hinauszuwachen und die Energie wieder zu entdecken.</p> <p>Mehr dazu...</p>			<p>25. Mai 2019, 9 bis 17 Uhr</p> <h3>Genogramm-Seminar</h3> <p>Die Herkunftsfamilie ist nicht nur eine biografische Hintergrundinformation, sondern ein Ort der Klärung und der Würdigung von Werten und Qualitäten unserer Talente und Besonderheiten. Sie zu entdecken und neu zu lernen, ist Ziel dieses Tages. Die Teilnehmer werden unter Anleitung von Prof. Dr. Winkler in der Lage sein, ihr eigenes, familiäres Genogramm, verschiedene Rückblicke auf die eigene Herkunft zu öffnen, einen neuen Handlungsrahmen zu entwickeln, zu reflektieren und den eigenen Bereich.</p> <p>Mehr dazu...</p>
---	---	---	---

✉ René Winkler: [rene.winkler@tsc.education](mailto:rene.winkler@tsc.education)