

## **Wofür steht das CREMASCO | Institut für Ganzheitlichkeit & Achtsamkeit mit seinem Angebot „Gesund im Job“ für Firmen nicht?**

Ich bin Ihre Expertin für Stressbewältigung, mein Ziel ist es, Ihre Balance im (Berufs-) Leben zu stärken. Gern biete ich beim Finden des passenden Weges Unterstützung – sowohl für Einzelne im Unternehmen oder auch für ganze Teams. Dafür stehe ich, dafür setze ich mich leidenschaftlich gern ein. Ich bin überzeugt davon, dass es für jeden einen großartigen Weg durch das Leben gibt, der eben nicht dauerhaft kräftezehrend ist. „Ankommen im individuellen Menschsein“ – das ist es, was ich mit Freude begleite.

Und zugleich merke ich, dass es immer wichtiger wird klarzustellen, wofür ich mit meiner Leistung nicht stehe. Denn tatsächlich erwartet manch ein Unternehmen Inhalte, die ich nicht liefern werde, da sie meiner eigenen Philosophie nicht entsprechen. Dieser Artikel soll für mehr Klarheit sorgen.

Wenn ich von Optimierung spreche, dann denke ich an ein Ankommen in einem Modus, von dem am Ende die Betroffenen sagen: „Ja, so fühle ich mich wohl in meinem Leben. Das passt und motiviert mich zum Handeln.“ Oder auch: „Ja, so arbeitet unser Team optimal zusammen, denn nun weiß jeder, wie der andere tickt, und zusammen ergeben wir eine Gemeinschaft, deren Mitglieder sich aufeinander verlassen können.“

Für eine Optimierung im Sinne einer grenzenlosen Leistungssteigerung im Stil von „höher, weiter, schneller, besser“ stehe Ich nicht. Prozesse, die die Mitarbeiter noch effizienter und schneller werden lassen, begleite ich nicht. Manchmal werden Achtsamkeitsthemen genau dafür missbraucht, sodass eine Schattenachtsamkeit zum Nachteil der Praktizierenden entsteht.

Ich vermittele keine Manipulationstechniken, die zum Entstehen von Ungleichgewichten zwischen Teams, zwischen Wettbewerbern, zwischen Verkäufern und Käufern etc. beitragen sollen. Oder anders ausgedrückt: Ein Haifischbecken, das noch bissiger werden will, findet bei mir keine Hilfe.

Bei mir bekommt niemand Karrieretipps um jeden Preis und schon gar nicht um den Preis der Persönlichkeitsaufgabe. Ich begleite Menschen nicht, um ihnen leistungssteigernde Tricks beizubringen. Meiner Auffassung nach sollte Führung zuerst dem Leben dienen.

Darüber hinaus gebe ich auch keine Anleitungen für Techniken, die dazu beitragen sollen, andere zu lenken oder manipulieren wie eine Marionette. Im ersten Schritt geht es grundsätzlich immer um Selbsterfahrung. Diese trägt wohlmöglich dazu bei, dass die Teilnehmer von Vorträgen, Workshops, Coaching etc. sich immer besser selbst führen können. In der Folge führt dies dazu, dass diese Personen befähigt sind, auch andere zu führen. Ich folge hier dem Gedanken: Nur wer sich selbst führen kann, kann auch andere führen.

Schließlich hinterfrage ich auch, inwieweit die Struktur eines Unternehmens oder einer Institution bereit ist, lebendig und flexibel in den Entwicklungsprozess einzusteigen:

Ein in der Struktur erstarrtes Unternehmen hilft seinen Mitarbeitern nicht mit dem alljährlichen Gesundheitstag oder der finanziellen Beteiligung am Entspannungskurs, wenn ansonsten

nichts weiter im Unternehmen kritisch betrachtet wird. Ja, ich komme zu Ihrem Gesundheitstag, auch wenn Sie ansonsten – noch – keine weiteren Schritte geplant haben. Ich komme sogar sehr gerne! Und zugleich will ich Sie zum Nachdenken einladen, ob nicht ein neuer Ansatz im Miteinander noch mehr erreichen kann. Sie möchten darüber diskutieren? Rufen Sie mich an.

Geistig folge ich – in alphabetischer Reihenfolge - den Ideen von:

**Dr. Friedrich Assländer:**

„Die Arbeitswelt erfordert immer mehr eine Verbindung von Professionalität und Spiritualität. Gute Arbeit gelingt, wenn wir unsere fachliche, methodische und soziale Kompetenz ständig weiterentwickeln. Sie wird aber erst dann nachhaltige, gesunde Früchte bringen, wenn unser Tun von einer liebevollen Geisteshaltung und einer tiefen BeGEISTERung beseelt wird.“ (Zitat Assländer)

**Professor Dr. Claus Eurich:**

„... so leben, wie es notwendig und zugleich schön wäre. Leben für das Leben, ohne billige Kompromisse. Um der Selbstachtung und des Wunders willen, ohne das nichts mehr geht, aber dessen Wahrscheinlichkeiten täglich schwinden. Da sein, lieben, helfen, heilen – aber auch, wo notwendig, dem gegenüber, das weiterhin wissentlich und willentlich Leben schädigt, unerbittlich sein. Das meint heute Freiheit...“ (Zitat Eurich)

**Dr. Anna Gamma:**

„Das Institut Zen&Leadership bietet Menschen in unterschiedlichen Positionen und Arbeitsfeldern Raum, um aus der Kraft der Stille in der Führungsverantwortung stehen zu können. Fachkompetenz vorausgesetzt gewinnen sie in der Verbundenheit mit der inneren Mitte ein hohes Mass an Selbstkompetenz und Führungskompetenz.... Das Institut stellt die Entfaltung des HerzGeistes in den Mittelpunkt.“ (Zitat Webseite)

**Professorin Dr. Barbara von Meibom:**

„Wir unterstützen Sie dabei, die eigenen Macht- und Gestaltungspotenziale zu erkennen, zu würdigen, zu entfalten und eine Synthese von Macht und Liebe zu wagen. Dies gelingt auf der Basis einer Entwicklung, die auf folgenden Werten gründet:

Führung aus der Mitte - Verantwortung gegenüber der Herzintelligenz

Empowerment - Verantwortung dafür, die eigenen Potenziale zur Entfaltung zu bringen

Unity in Diversity - Verantwortung für ein friedliches Zusammenleben

Community Spirit - Verantwortung für das Gemeinwohl

Mit-Welt-Bezug, „Convivialität“ - Achtsamkeit gegenüber der natürlichen Mitwelt

Grundlage hierfür ist eine Haltung der Wertschätzung von sich, von anderen und von der natürlichen Mitwelt.

Sie ermöglicht eine nachhaltige Wertschöpfung.“ (Zitat Webseite)