

Loslassen - Die «Kunst» sich von etwas zu trennen

Die reinste Form des Wahnsinns ist es, alles beim Alten zu lassen und gleichzeitig zu hoffen, dass sich etwas ändert. (Albert Einstein)

Beim Lesen dieses Zitates von Albert Einstein, geht es Ihnen wohl auch so, dass Sie es einstimmig bejahen. Wandel, Bewegung und Veränderung begleiten uns täglich, sei es im Beruf, Hobby oder im privaten Leben. Veränderungszyklen, wie wir sie kennen von Unternehmens-, Produkt- und Wirtschaftszyklen allgemein verkürzen sich auch zunehmend. Sprachen wir vor einigen Jahren im strategischen Geschäftsbereich von 5 bis 7 Jahren, sind es heute 3 bis max. 5 Jahre, dies natürlich auch abhängig von der entsprechenden Branche. Kurz gesagt, wir sind es alle gewohnt mit Wandel und Veränderungen zu leben und trotzdem tun wir uns schwer, uns dabei von etwas zu trennen oder eben loszulassen. Warum ist das so schwer?

In meinem Beruf als Karrierecoach begegne ich täglich Menschen, die sich von ihrem bisherigen Job oder auch Beruf trennen müssen. Teils infolge Kündigung seitens des Arbeitgebers, teils aber auch aus eigenem Antrieb, immer geht es dabei darum, sich von Menschen, von einer Arbeit die man liebt, von Einfluss, von Ansehen, von einer erfüllenden Tätigkeit aber auch von Dingen wo man froh ist, zu trennen und loszulassen.

Loslassen können ist ein wichtiger Schritt und zugleich eine grosse Herausforderung für meine Klientinnen und Klienten im Beratungsprozess und fordert auch mich als Coach heraus. Dies weil der Nutzen und Sinn des sich Trennens oftmals erst viel später erkannt wird. So höre ich oft die Aussage meiner Klienten beim letzten Gespräch, «wissen Sie, eigentlich ist diese Trennung das Beste was mir passieren konnte». Und ich sage dann immer, das ist der schönste und befriedigendste Lohn unserer Arbeit als Newplacement und Trennungcoach. Bis es aber eben so weit ist, hat der betroffene Mensch, welcher sich von etwas trennen muss, mit viel Auf- und Ab-gefühlen zu kämpfen, sich auseinanderzusetzen.

Wie viele meiner Klientinnen und Klienten bin auch ich aktuell betroffen von einer Situation, wo ich mich trennen werde und loslassen will; ich spreche von meinem bevorstehenden Berufsausstieg, der Pensionierung. Loslassen und trotzdem dranbleiben ist die beste Basis für unsere Wandlungsfähigkeit und die Bewältigung für solche, schwierige Trennungssituationen. Gerade in Zeiten grosser gesellschaftlicher Veränderungen und Umbrüche, wie wir sie aktuell erleben, erfordert diese Kompetenz, flexibel bleiben zu können und positiv in eine neue Zukunft zu sehen.

Loszulassen heisst aber auch von bestimmten Vorstellungen und eingefahrenen Mustern Abstand zu nehmen, um dadurch innere Freiheit und Lebendigkeit zu erlangen. Die Kompetenz zu haben, die schönen Dinge die man erlebt hat, behalten zu können, auch wenn man weiss, dass sie so und in der Form nie mehr vorkommen. Loslassen zu wollen gelingt uns aber erst, wenn wir auch diese innere Freiheit und Kraft erlangt haben, auf das zu verzichten, an dem wir immer noch festhalten und uns klammern.

Wenn wir physisch etwas loslassen, dann haben wir zwei Hände frei, klingt doch verlockend, oder? Was tun wir denn nun mit diesen beiden freien Händen? Es liegt an uns selbst, mit diesen dem Vergangenen nachzuwinken oder etwas neues Packen zu wollen. Eine neue berufliche Herausforderung, eine neue Beziehung, ein neuer Lebensabschnitt, gleich was es ist, gehen wir mit den neu freigewordenen Händen darauf zu und packen wir es an. Ich wünsche Ihnen viel Freude und Erfolg dabei.



Gerne stehen wir Ihnen für weitere Informationen zur Verfügung:

Walter Burkhalter (www.grassgroup.ch), Senior Berater / Partner
Grass & Partner AG, Tel: 044 389 88 66, Mail: zuerich@grassgroup.ch

Über Grass & Partner

Grass & Partner AG ist das führende Unternehmen im Trennungsmanagement auf Geschäftsleitungs- und Kaderstufe in der Schweiz. Das Out-oder Newplacement-Coaching basiert auf folgenden vier Prinzipien:

1. Es ist ein klar strukturierter Prozess mit offener, transparenter Kommunikation über einen definierten Zeitraum oder bis zum erfolgreichen Start in einer neuen Position oder in die Selbstständigkeit
2. In intensiver und fordernder Zusammenarbeit, gesteuert durch den persönlichen Berater, werden die Kandidaten – aufbauend auf der Kenntnis ihres Potenzial-Portfolios – schrittweise darauf vorbereitet, sich selbst im Arbeitsmarkt zu positionieren und zu vermarkten.
3. Die persönlichen Grass & Partner-Berater sind erfahren und bewährt. Sie alle kennen die Unternehmensrealität durch eigene, mehrjährige Praxis in Managementfunktionen.
4. Auf der Basis eines engen Vertrauensverhältnisses können Kandidaten nicht nur auf das fundierte Know-how des persönlichen Beraters, sondern auch auf das weitläufige Grass & Partner-Netzwerk in der Wirtschaft zugreifen.

Grass & Partner unterstützt jährlich über 500 Persönlichkeiten auf Geschäftsleitungs- und Kaderstufe sowie Fachspezialisten auf ihrer neuen Jobsuche und dafür wird durchschnittlich sechs Monate für das Outplacement bis zur erfolgreichen Lösung aufgewendet.

Grass & Partner verfügt über Standorte in Zürich, Basel, Bern, St. Gallen, Zug, Luzern sowie über Kooperationspartner in Genf und Lausanne mit internationaler Ausrichtung. Weitere Informationen: www.grassgroup.ch