

**VSSA-Mitglieder treffen sich zum Leadership-Workshop im Hallenstadion Zürich**

# Wie kann ein Leader seine Resilienz steigern?

Resilienz ist essenziell für erfolgreiches Leadership: Es beschreibt die Fähigkeit, Herausforderungen zu meistern, Rückschläge zu überwinden und gestärkt aus Krisen hervorzugehen. Die Mitglieder des Vereins der Schweizer Stadion- und Arenabetreiber (VSSA) haben sich an einem Workshop mit der renommierten Business-Coachin Christina Weigl im Zürcher Hallenstadion praxisnah damit auseinandergesetzt.

Text und Bilder: **Zeno van Essel**



Austausch unter den Teilnehmenden während des Workshops.



Referentin und Coach Christina Weigl.

Sie sind alle in der Führung von Unternehmen tätig, die Orte bewirtschaften, in denen grosse Emotionen ausgelebt werden: die grössten Konzerthallen, Sportarenen und Stadien der Schweiz. Das Management von Grossevents, die dort stattfinden, erfordert von ihnen und ihren Teams viel Einsatzbereitschaft, eine hohe Flexibilität und, ja genau: viel Resilienz. Denn oft stehen sie vor unerwarteten Herausforderungen, müssen unter Zeitdruck schwierige Situationen bewältigen und dennoch die Stimmung positiv und optimistisch gestalten. Grund genug für den Verein der Schweizer Stadion- und Are-

nabetreiber, eine Selbstbetrachtung zu wagen unter der kundigen Leitung von Christina Weigl, die als renommierte Business-Coachin viel Erfahrung und die richtigen Tools hat, um spannende Fragen zu stellen und zu neuen Erkenntnissen zu führen. Unter dem Titel «Leadership meets Resilienz» entwickelt sie Anleitungen, wie man inmitten von Schwierigkeiten neue Möglichkeiten entdecken kann.

**Von KI zu EI**

Als Erstes konfrontiert sie die Teilnehmenden mit einer wichtigen Frage, mit der sie

sich als Leader immer wieder auseinandersetzen müssen: Was ist der häufigste Grund, warum Mitarbeitende den Betrieb verlassen? Weigl sagt: «Es ist die mangelnde Wertschätzung.» In Zeiten, in denen künstliche Intelligenz – kurz: KI – immer mehr Einzug in die Abläufe eines Unternehmens hält, stellt sich für viele Mitarbeitende die Sinnfrage: Warum braucht es mich noch? «Hier ist Leadership gefragt», so die Team-Traineein. «Die KI muss mit EI – emotionaler Intelligenz – ergänzt werden. Dafür braucht es emphatische Führungspersonen.» Und sie stellt dabei gleich die nächste Frage: Was ist

der Unterschied zwischen einem Leader und einem Manager? Die Antworten ergründen die VSSA-Mitglieder in einer ersten praktischen Übung in kleinen Gruppen: Ein Manager konzentriert sich auf die Sache, ein Leader auf die Personen, so ein Fazit. Oder: Ein Manager macht die Dinge richtig, ein Leader macht die richtigen Dinge. Weigl fasst zusammen, dass echte Leader nicht nur an der Spitze stehen, sondern durch ihre Handlungen und die Integrität ihrer Absichten führen. Ein Leader gibt Orientierung und inspiriert, weil er selbst fest verankerte Werte und eine klare Richtung hat. Sie erläutert dies mit einer «Leadership-Landkarte» und dem «Golden Circle» des britischen Buchautors und Unternehmensberaters Simon Sinek, der das «Warum» einer Handlung ins Zentrum einer klaren Führung stellt. Gutes Leadership kann und soll hier Orientierung geben! Weigl: «Menschen brauchen innere Klarheit und sollen sich nicht an ihrer Visitenkarte festhalten! Ein Leader muss authentisch sein.»

**Herz-Hirn-Kommunikation**

Nach einer kurzen Pause geht es ans Eingemachte: Es werden verschiedene Resilienz-faktoren diskutiert: Wie gehst du mit Stress-situationen um? Wie kannst du deine Emotionen steuern? Wie funktioniert deine Impulskontrolle? Was ist realistischer Optimismus? Christina Weigl erklärt, dass dabei die eigene Wahrnehmung ein entscheiden-

der Faktor ist, und veranschaulicht das mit einem spannenden Beispiel: Zweimal zeigt sie denselben kurzen Film einer urbanen Szene – einmal mit einem verzerrten, krachend lauten Soundtrack und einmal mit einer Tonspur, die an die Musik in einer Wellness-Oase erinnert. Die Wirkung des Films ist entsprechend komplett verschieden – je nachdem, wie man ihn emotional auf sich wirken lässt. Weigl erläutert, dass die bewusste Steuerung der Emotionalität durch eine aktive Herz-Hirn-Kommunikation entscheidend ist für die Bewältigung von Stressmomenten, und lädt die Teilnehmenden des Workshops zu einem Selbstversuch ein: Zwei Minuten lang sollen sie durch kontrollierte Atmung und Gedanken an Dinge, für die sie dankbar sind, ihre Herzfrequenz reduzieren. Dass dies gelingt, zeigen zwei Probanden, die an ein Herzfrequenz-Messgerät angeschlossen sind – und viele VSSA-Mitglieder fühlen sich entspannter als vorher. Christina Weigl beschreibt dies als die Annäherung an einen «kohärenten Zustand». Und dieser ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für die Fähigkeit zu mehr Resilienz. Sie hat damit einen wertvollen Anstoss gegeben, Resilienz nicht bloss als Modewort abzutun, sondern in ihr eine lebenswichtige Fähigkeit zu sehen, die für ein Leadership der Zukunft gepflegt und entwickelt werden muss.

Zum Abschluss dankt Philipp Musshafen, Gastgeber und CEO des Hallenstadions und

neuer Präsident des VSSA, der Referentin Christina Weigl für ihre spannende Präsentation – und allen Kolleginnen und Kollegen des VSSA für ihr Interesse und das engagierte Mitwirken und lädt zum Apéro in eine gemütliche Hallenstadion-Lounge: «Das ist auch gut gegen Stress», sagt er und lacht.



Austausch und Networking beim Apéro.

ANZEIGE

**APOSTROPH GROUP**

The Language Intelligence Company



Marketing und Kommunikation:  
Wir tragen Ihre Botschaft in die Welt

Texten • Korrigieren • Übersetzen • Sprachtechnologie

