

Hirnforscher geben Tipps für Manager

■ Eigene Biografie ist oft Ursache für negative Gefühle.

Wien. (cpe) Eine gute Führungskraft ist, wer auch gut mit negativen Emotionen umgehen kann, so lautet die Auffassung der Österreichischen Vereinigung für Supervision (ÖVS). „Manager, die etwa ihren Mitarbeitern negatives Feedback geben müssen, kämpfen selbst oft gegen negative Emotionen an“, berichtet ÖVS-Vorsitzender Wolfgang Knopf. Die Folgen: Chefs versuchen Gespräche zu vermeiden oder reagieren aggressiv und mit verkämpfter Körperhaltung.

„Zu spüren, dass jemand anderer Schmerzen spürt, aktiviert Bereiche im Gehirn, die auch dann aktiv sind, wenn man selbst Schmerzen empfindet“, erklärt Knopf. Diese unangenehmen Impulse hängen laut Hirnforschern mit eigenen Erlebnissen aus der Vergangenheit zusammen.

Es sei wichtig, sie wahrzunehmen und die Ursachen zu erforschen, rät Knopf. Das Gehirn müsse trainiert werden, sich von negativen Emotionen zu distanzieren. Besonders wichtig sei dies für Berufe, die oft belastenden Emotionen ausgesetzt sind - vom Polizisten bis zur Krankenschwester. □