

## Anders als bisher; wenn nicht jetzt – wann dann?

Der einzelne Mensch, die Unternehmungen und damit verbunden die ganze Erde stecken unübersehbar in einer Sackgasse. Wer den Mut hat, wird dies klar sehen und spüren.

Die Schlüssel sind *Selbsterkenntnis* und *Engagement*.

Dies führt unweigerlich zu *Work-Life-Balance* und im weiteren Sinn zu *World-Life-Balance* sowie bei Unternehmungen zu *achtsamem Prozessmanagement*.

„Jeden Morgen wacht in Afrika eine Gazelle auf. Sie weiß, dass sie schneller rennen muss als der Löwe, um zu überleben. Jeden morgen wacht in Afrika ein Löwe auf. Er weiß, dass er schneller als die Gazelle rennen muss, um nicht zu verhungern. Also egal ob du Löwe oder Gazelle bist - wenn die Sonne aufgeht, lauf um dein Leben.“ Wer kennt diese Situation nicht? So denken viele von uns tatsächlich. Aber wir sind weder Löwen noch Gazellen sondern Menschen, die fähig sind über den *Kampf-oder-Flucht-Reflex* hinauszuwachsen.

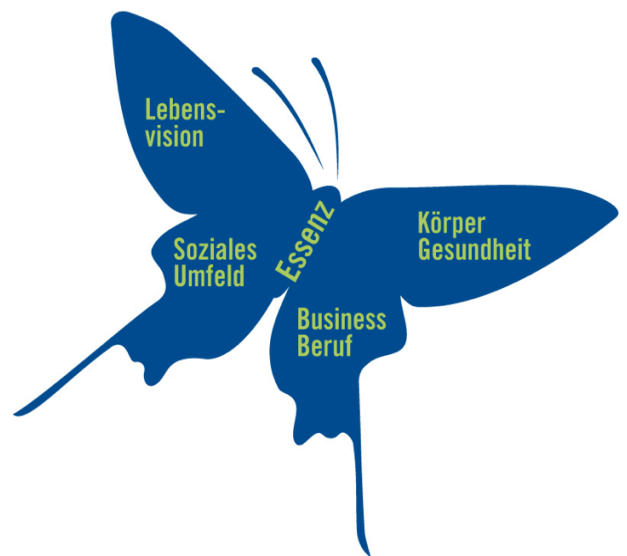


Der Prozess der **Selbsterkenntnis** umfasst drei Schritte: Als erstes gilt es **Achtsam** zu werden, für das, was in sich selbst und auf der Welt geschieht. Danach folgt das **Akzeptieren** und Verinnerlichen der Situation. Nur dann kann eine stimmige **Aktion** nach Innen oder Aussen geschehen.

**Achtsamkeit** ist eine besondere Form der Aufmerksamkeit, die authentisch nach innen, stimmig nach aussen und bewusst ist. Achtsam handeln heisst, wirklich bewusst handeln.

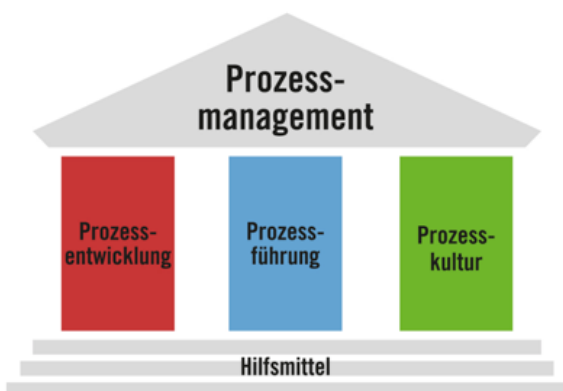
**Work-Life-Balance** (Life Domain Balance) bedeutet Ausgewogenheit zwischen Berufs- und Privatleben unter bewusstem Einbezug von

Gesundheit und Lebensvision. Die eigene Essenz wird wieder entdeckt und das individuelle Potenzial entfaltet sich. Die vier Dimensionen der Work-Life-Balance helfen, Informationen für sich persönlich, für eine Unternehmung oder die Welt zu ordnen. Das Bild eines Schmetterlings mit seinen vier Flügeln eignet sich sehr gut als visuelle Hilfe. Nur wenn alle vier Flügel im Gleichgewicht sind, balanciert sind, kann der Schmetterling fliegen. In der Mitte hält der Körper, die persönliche Essenz eines jeden, seine Lebensbereiche möglichst in Balance.



**Achtsames Prozessmanagement** umfasst bewusst gestaltete Arbeitsprozesse, die methodisch von der Strategie abgeleitet werden unter Berücksichtigung der Work-Life-Balance eines jeden Mitarbeitenden. Das

Unternehmen wird so produktiver und auch erfolgreicher - der Einzelne hat mehr Freude und ist ausgeglichener. Dazu werden verschiedene Techniken (wie Prozessarchitektur, Prozessvision, Leistungsanalyse, Ablaufplanung, Seminare, Coaching) unternehmensspezifisch eingesetzt. Prozessmanagement umfasst dabei die Prozessentwicklung (Prozesslandkarte, Prozesse), die Prozessführung (Gremien, Kennzahlen) und die Prozesskultur (Werte, Grundsätze). Diese drei Säulen basieren auf Kundenbedürfnissen, Vision und Unternehmensstrategie. Zentral sind dabei folgende Fragen: Wer sind unsere Kunden? Was sind unsere Leistungen? Wie sind unsere Prozesse? Und last but not least: Geht es uns damit gut? Wie fühlen wir uns dabei? Macht es uns Freude?



Achtsames Prozessmanagement bedingt ein bewusstes Durchlaufen der drei Schritte der Selbsterkenntnis.

### 1. Schritt: Durch Erkenntnis zu Achtsamkeit

Immer mehr Menschen verbringen die besten Jahre ihres Lebens mit einem Job, den sie nicht mögen, um immer mehr Dinge zu kaufen, die sie nicht brauchen und um einen Lebensstil zu unterstützen, den sie nicht genießen. Zudem gibt es global immer mehr Armut, Elend, Hunger sowie Kriege und die Erde wird mehr und mehr ausgebeutet und zerstört. Jedes Kind würde darauf sagen: „Das ist verrückt!“ Die daraus resultierende Hoffnungslosigkeit ist bei genauerer Betrachtung unübersehbar. Work-Life-Balance auf der Basis von Selbsterkenntnis ist das Thema der Zeit. Wer den Mut besitzt zu Sehen, der wird unweigerlich zustimmen, zu viele und zu deutlich sind die Fakten. Einige sind in nachfolgender Tabelle dargestellt.

<p><b>Bereich 1: Lebensvision</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alles konzentriert sich auf die 40 Megametropolen der Welt. Die Hälfte der Menschen leben bereits in Städten, meistens in dreckigen Slums.</li> <li>• Mehr als 30 Kriege gibt es momentan weltweit. Fast 200 Mio Menschen sind in den letzten 100 Jahren im Krieg gestorben.</li> <li>• Klimawandel und Wasserübernutzung führen dazu, dass bis 2030 jeder zweite Mensch in einem wasserarmen Leben wird.</li> <li>• Die Massentierhaltung verursacht nicht nur 50 % der Treibhausgase, um die Tiere zu füttern, werden in Brasilien Wälder abgeholzt und landesfremde Soja-Pflanzen angebaut. Wir essen mit unserem Fleischkonsum regelrecht den Regenwald auf.</li> <li>• Pro Sekunde wird ein halbes Fussballfeld Regenwald abgeholzt. Pro Jahr die Hälfte der Fläche von Deutschland.</li> </ul>	<p><b>Bereich 3: Körper &amp; Gesundheit</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeder 3. Arbeitnehmer nimmt Medikamente, um sich wegen Krankheit, Schmerz oder Schlafstörungen für die Arbeit fit zu halten.</li> <li>• Burnout verursacht in der Schweiz gegen 10 Milliarden Schweizer Franken volkswirtschaftlichen Schaden, In Deutschland mindestens das Doppelte.</li> <li>• 1 Milliarde Menschen, das ist jeder 7., hungert. Alle 5 Sekunden stirbt ein Kind an Hunger. Weltweit verhungern 100 000 Menschen täglich, obwohl die Weltlandwirtschaft problemlos 12 Milliarden Menschen ernähren könnte.</li> <li>• Fast die Hälfte der Arbeitnehmer klagen über Stress, Tendenz steigend. Die Weltgesundheitsorganisation WHO bezeichnet Stress als grösste Gesundheitsgefahr des 21. Jahrhunderts.</li> </ul>
<p><b>Bereich 2: Soziales Umfeld</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Deutschland ist bei der Work-Life-Balance Studie abgeschlagen.</li> <li>• 20 % erhalten 85 % des Einkommens. Die Hälfte aller Menschen verdienen maximal 2 Dollar am Tag.</li> <li>• Nur wenige Familien, man spricht von 700 weltweit, besitzen fast alles und werden immer reicher.</li> <li>• 2 Milliarden haben kein elektrisches Licht.</li> <li>• Die 500 Mio Europäer verbrauchen 30 x mehr Energie als die doppelt so vielen, nämlich 1000 Mio Afrikaner.</li> <li>• Gemäss Studien werden die Menschen seit Jahrzehnten, auch in den USA als globalem Gewinner, im Schnitt nicht glücklicher.</li> <li>• Die Scheidungsrate in Deutschland ist so hoch wie nie zuvor, die Hälfte davon haben Kinder unter 18 Jahren.</li> <li>• Nur noch jeder zehnte Deutsche glaubt an ein besseres Leben für seine Kinder.</li> <li>• Jeder zweite Jugendliche leidet unter Stress.</li> <li>• Alle 45 Minuten begeht in Deutschland jemand Selbstmord, darunter auch immer mehr Jugendliche.</li> <li>• In Deutschland beträgt die Umverteilung von Arm zu Reich wegen Zinsen etwa 600 Millionen Euro pro Tag.</li> </ul>	<p><b>Bereich 4: Beruf &amp; Business</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Machtkonzentration: nur 140 Firmen machen fast die Hälfte des Weltumsatzes.</li> <li>• 50 % aller täglich produzierten Informationen sind selbst für Manager überflüssig.</li> <li>• Qualität verlerndet; jedes 6. online bestellte Produkt ist defekt.</li> <li>• Um die Umsätze immer steigen zu lassen, ist Obsoleszenz, die künstliche Alterung von Produkten, ein offenes Geheimnis.</li> <li>• Mehr als 80 % der Manager vertreten überholte Konzepte wie Taylorismus, Wachstum und Gewinnmaximierung.</li> <li>• Erfundene Modeerscheinungen in fast allen Branchen verursachen einen weltweiten Kaufwahn, der in einer Wegwerfgesellschaft mündet.</li> <li>• Aktuelle Studien und Umfragen zeigen alarmierende Burnout-Zahlen in Schweizer und in Deutschen Unternehmen; die Republik ist erschöpft, die Eidgenossen lahmen.</li> <li>• Die Burnout-bedingten Ausfalltage haben sich in den letzten 7 Jahren fast verzehnfacht.</li> <li>• Bei den meisten DAX-Konzernen, den 30 wichtigsten börsenkotierten Firmen, liegt die Burnout-Rate über 5 %; d.h. jeder 20. leidet bereits darunter.</li> </ul>

## 2. Schritt: Durch Empörung zur Akzeptanz

Unsere kapitalistische Marktwirtschaft basiert auf unrealistischen Wachstumsideen. Ein beschränkter Planet kann nicht unendlich ausgezehrt werden. Immer schneller, besser, billiger und insgesamt immer grösser und grösser, kaufen, kaufen, kaufen? Das geht nicht! Die bei genauerem Hinschauen falsche Idee von Zinsen und Zinseszinsen bedingen ein immerwährendes Wachstum. Dieses System hat versagt. Angst und Gier regieren die Welt. Empörung ist angesagt. Gemäss Exponenten aus den globalen Vorausdenkern im *Club of Rome* findet der unausweichliche ökonomische oder ökologische Kollaps in etwa spätestens 20 Jahren statt. 20 Jahre! Das ist unsere unmittelbare Zukunft. Wer kann da noch einfach wegschauen? Zu viele tun es noch immer aufgrund ihrer unbewussten Konditionierungen. Dies sind angelernte Verhaltensweisen, die weitgehend das Leben der allermeisten Menschen beeinflussen und prägen. Unglücklicherweise haben wir diese Verhaltensweisen unbewusst als Kind aufgenommen und zwar von Eltern, Lehrern und der Gesellschaft. Wir haben gelernt, wie wir uns zu verhalten haben und leider nicht wie wir uns authentisch, stimmig und *richtig* verhalten. Prägnant könnten wir sagen, wir verhalten uns immer noch wie damals als Kinder. Es geht nun für jeden von uns darum, diese fast unerträgliche Hoffnungslosigkeit auf der Welt und unser unstimmliges Verhalten zu spüren, sich mit seinen Gefühlen wieder zu verbinden, Gefühle überhaupt zuzulassen, sich seiner Konditionierungen bewusst zu werden. Dieser Prozess ist traurig und schmerzhaft, doch setzt er viel kreative Energie frei. Erst dann kann wirklich gesehen werden, was ist. Dies ist notwendig, um den dritten Schritt, die Aktion, glaubwürdig anzupacken. Engagement bedingt Erkenntnis und Empörung.

Auf dem Weg der Selbsterkenntnis, sich seinem Herzen und der Liebe näher zu kommen und sich authentisch und stimmig zu verhalten, begegnen einem unvermeidbar einige ungeliebte Themen. Diese sind die Angst, die Angst vor dem sich Bewusstwerden, vor dem Alleinsein, vor dem Ausgeschlossensein, aber auch Beziehungs- und Gesellschaftsnormen, sowie auch die Tabus Geld, Gier, Macht und Altern sowie Vergänglichkeit tauchen auf. Wo bleiben Gerechtigkeit, Liebe, Qualität, Fairness und Würde? Mehr und mehr Menschen stellen sich glücklicherweise diesen Themen. Es wird eine Energie des *Aufwachens* spürbar.

## 3. Schritt: Engagement und Aktion auf persönlicher und Unternehmensebene

„Ich habe in meiner Tätigkeit als Unternehmensberater, Trainer und Coach gesehen und erlebt, wie die Business-Welt tickt. Ich konnte Erfahrungen in der Schweiz, in Deutschland, in den Vereinigten Emiraten, in Vietnam, in Saigon und auch am anderen Ende der Welt in Sydney sammeln. Überall das Gleiche. Wir haben Methoden und Techniken angewendet, immer wieder, egal ob es sich um Prozessneuentwicklung oder um Optimierung handelte. Ich spüre und sehe, dass da etwas grundlegend *falsch* läuft. Ich habe gemerkt, es liegt nicht an den Methoden und Techniken, sondern am Bewusstsein der Beteiligten. Burnout-Prävention und Work-Life-Balance ergänzen Prozessmanagement nicht nur ideal sondern geradezu zwingend. Mein Anliegen ist es, in Unternehmungen ein **achtsames Prozessmanagement** einzuführen. Damit meine ich, dass die bewährten Techniken zur Organisation eines Betriebes (das Wie) mit neuem Inhalt gefüllt werden müssen (das Was).“ Damit verbunden ist eine akzeptierte Work-Life-Balance, welche auf Selbsterkenntnis

basiert. Selbsterkenntnis mit dem aufrichtigen Streben nach Wahrheit und Wirklichkeit ist die einzige lebendige Lösung. Die Verbindung von Geschäftswelt und echter persönlicher Entwicklung ist unumgänglich. Es geht nicht darum, ausschliesslich Prozesse oder das System zu ändern, dies würde nicht viel bewirken, sondern es geht darum, die Menschen zu mehr Selbsterkenntnis und Bewusstsein zu begleiten. Diese Menschen passen das System und Prozesse automatisch stimmig, nachhaltig und würdig an.

Selbsterkenntnis führt zu Work-Life-Balance und Engagement, sowie in Unternehmungen zu einem achtsamen Prozessmanagement. Es geht sinngemäss nach Saint-Exupéry darum, die Sehnsucht nach sich selbst und einer *besseren* Welt zu wecken. Die dann notwendigen Techniken und Methoden sind bereits vorhanden. Es braucht dazu nur zwei Voraussetzungen, die erste ist, dies zu sehen und die zweite, den Mut zu haben, den ersten Schritt zu tun. Auch wenn noch nicht alle Fragen dazu endgültig geklärt sind, ist aufgrund des offensichtlichen Handlungspotenzials keine Entschuldigung mehr zulässig, nicht sofort damit zu beginnen. Anders als bisher; wenn nicht jetzt – wann dann?

Wenn Du ein Schiff bauen willst, so trommle nicht Leute zusammen, um Holz zu beschaffen, Werkzeuge vorzubereiten, Aufgaben zu vergeben und die Arbeit einzuteilen, sondern wecke in ihnen die Sehnsucht nach dem endlosen, weiten Meer.  
(Antoine de Saint-Exupéry)



**Dr. Ronald Schnetzer** hat sich auf achtsames Prozessmanagement und Work-Life-Balance spezialisiert und ist Inhaber eines Unternehmens für Beratung, Coaching und Training zur Prozess- und Persönlichkeitsentwicklung. Er ist Verfasser von Fachpublikationen über Business Excellence, Achtsames Prozessmanagement, Coaching und Persönliches Wachstum sowie einer Dissertation über Geschäftsprozessoptimierung. Er veranstaltet seit 20 Jahren Seminare, hält Vorträge und unterstützt Personen sowie Unternehmungen in Projekten. Sein Hauptfokus lag dabei meist beim Prozessmanagement und der Prozessentwicklung. Sein Anliegen ist es, durch Selbsterkenntnis mehr Bewusstsein und Engagement auf der persönlichen Ebene und auch auf der Unternehmensebene zu fördern und eben genau diese beiden Bereiche wieder zu verbinden. [www.Work-LifeBalance.ch](http://www.Work-LifeBalance.ch)

#### Literaturhinweise:

Bücher zum Prozessmanagement:

Bekannteren Vertretern zum Prozessmanagement sind der Klassiker von Michael Hammer und James Champy (Business Reengineering), Prof. Margit Osterloh (Prozessmanagement als Kernkompetenz) sowie Jörg Becker (Prozessmanagement) oder Guido Fischermanns (Praxishandbuch Prozessmanagement).

Bücher zur Selbsterkenntnis:

Autoren aus der ganzen Welt weisen zunehmend direkt und unmissverständlich auf die Weltsituation und die notwendige Selbsterkenntnis hin, auch insbesondere in der Wirtschaft. In Europa sind dies beispielweise Prof. Franz Josef Radermacher (Welt mit Zukunft), Stéphane Hessel (Empört euch, Engagiert euch), Samuel Widmer (Herzkrieger, Die Wahrheit), Karl Gamper (Es ist alles gesagt, Erfolg ist menschlich), Prof. Margrit Kennedy (Geld ohne Zinsen und Inflation, Occupy Money), Bernd Senf (Der Nebel um das Geld, Der Tanz um den Gewinn), Prof. Bruno S. Frey (Glück – Die Sicht der Ökonomie), Prof. Christian Felber (Gemeinwohl-Ökonomie) sowie Prof. Jean Ziegler (Wir lassen sie verhungern, Der Aufstand des Gewissens, Das Imperium der Schande), in Australien sind es Paul Gilding (The Great Disruption) und Ross Gittins (The Happy Economist), aus Asien sind es schon länger spirituelle Lehrer wie Osho (Bewusstsein – beobachte ohne zu urteilen), Thich Nhat Hanh (Im Hier und Jetzt zu Hause sein), Krishnamurti (Das Wesentliche ist einfach, Wie willst du Leben?) oder aus Amerika Prof. Charles Eisenstein (Keine Forderung kann gross genug sein, Die Renaissance der Menschheit), Eckhart Tolle (Jetzt – die Kraft der Gegenwart, Eine neue Erde) oder Al Gore (Eine unbequeme Wahrheit).

Bücher zu Work-Life-Balance:

Zum Thema Work-Life-Balance beispielsweise Prof. Lothar Seiwert (Noch mehr Zeit für das Wesentliche, Ausgetickt), Werner Tiki Küstenmacher (Simplify your life – Einfacher und glücklicher Leben), Marco von Münchhausen (Die vier Säulen der Lebensbalance) oder Prof. Eberhard Ulich (Life Domain Balance – Konzepte zur Verbesserung der Lebensqualität).

Zu diesen Themen gibt es zudem aufschlussreiche Filme wie *Home*, *Die Erde von Oben*, *Plastic Planet*, *Kaufen für die Müllhalde*, *Die 4. Revolution*, *Economics of Happiness*, *Thrive*, *In Transition* oder *We feed the world* und *Unser tägliches Brot* sowie *Work Hard - Play Hard*.

Dieser Text (Anders als bisher; wenn nicht jetzt – wann dann?) ist als Hörbuch vertont worden.



Das **Hörbuch** basiert auf den Erfahrungen und Erkenntnissen von Dr. Ronald Schnetzer aus 20 Jahren Beratung, Coaching und Trainings für Prozessmanagement. Die CD zeigt in 60 Minuten durch, eindrucksvolle Fakten, spannende Gedanken und neue Vorschläge auf, was mit achtsamem Prozessmanagement gemeint ist und was es dazu braucht. Der Hörer kann erleben, wie Prozessmanagement, Selbsterkenntnis und Work-Life-Balance zusammenhängen. Die Erfahrungspassagen entsprechen tatsächlich Erlebtem. Durch den musikalischen Rahmen von Anna Eymar wird der Text zudem plastischer, fühlbarer, näher und der Inhalt kann nachklingen.