

Geschichten rund um den Erfolg

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser



Sandra von Allmen

Wie definiere ich Erfolg und was bedeutet er für mich? Was auf Anhieb leicht erscheint zu beantworten, wird bei näherer Betrachtung komplex und rasch philosophisch. Antworten darauf sind so individuell, wie die Einzigartigkeit einer jeder Persönlichkeit ist.

Für Teilnehmende des Job Coach Placement bedeutet Erfolg möglicherweise ein selbstbestimmtes Leben führen zu können und nicht mehr fremdgesteuert von Institutionen zu sein. Nicht immer ist das Hauptziel, eine Festanstellung im ersten Arbeitsmarkt, auf Anhieb erreichbar. Oft bedarf es vieler kleiner Zwischenschritte.

Etwa wenn nach langer Zeit erste Erfolge in der psychischen Gesundheit gelingen, die Tagesstruktur wieder aufgebaut, das Pensum um weitere 10% erhöht werden konnte.

Was bedeutet dies im Arbeitsalltag für den Job Coach? Wie weit will und kann er sich abhängig machen vom Erfolg seiner Teilnehmer? Erfolg setzt messbare Ziele voraus. Das zeigen auch die Zitate, die rund um den Begriff kursieren, oft verknüpft mit Schlagwörtern aus der Karriere, visualisiert mit Treppen und Pfeilen, die steil nach oben zeigen. Lässt sich Erfolg konditionieren? Diesen Fragen ist einer der Teamleiter nachgegangen.

Wie nah Erfolg und Misserfolg im Sport zusammenhängen, besonders in einem von Erfolg verwöhnten Umfeld wie Fussball, schildert YB-Sportchef Christoph Spycher. Als ehemaliger Aktivspieler kennt er beide Seiten und nimmt Sie, liebe Leserin und lieber Leser, mit in seine Gedankenwelt. Professor Dr. Claus Beisbart, Extraordinarius mit Schwerpunkt Wissenschaftsphilosophie am Institut für Philosophie der UNI Bern, rundet diesen Newsletter mit ein paar Überlegungen ab. Wir wünschen ein anregendes Lesevergnügen.

Sandra von Allmen, Job Coach

Erfolg und Misserfolg – jeder muss für sich den Weg finden

Als Sportchef der aktuell erfolgreichsten Schweizer Fussballmannschaft weiss Christoph Spycher um die Gradwanderung zwischen Erfolg und Misserfolg. „Parameter im Sport sind Sieg und Niederlage. Sie entscheiden unmittelbar darüber, ob wir Erfolg haben oder nicht“, sagt der 41-Jährige im Interview. Und dennoch, so einfach sei es nicht. Mit jedem Erfolg, speziell den Meistertiteln, wachsen der Druck, die Ansprüche und Erwartungshaltungen. Bei Spielern genauso wie bei den Zuschauern und den Medien. „Dann kann rasch mal ein 1:1, welches die Mannschaft hart umkämpft hat, als Niederlage gewertet werden, obwohl das Resultat faktisch zufrieden machen müsste“, meint er schulterzuckend.



Christoph Spycher

Zufriedenheit ist so ein Schlagwort, das der 2fache Familienvater gerne benutzt. Erfolg verbindet er mit positiven Gefühlen, „ein Grundzustand, der glücklich macht“. Im Privaten, wie im Beruf. Die Zeiten, als er als Abwehrspieler etwa für GC, Eintracht Frankfurt, YB oder die Schweizer National-



mannschaft aktiv zum Erfolg beitrug, haben ihn geprägt. „Im Profibereich ist der Druck enorm.“ Die Mitverantwortung zu tragen, auch für das wirtschaftliche Dasein eines Clubs, hat viel mit Zielen, Leidenschaft und Kommunikation zu tun. Dabei sei ein Spielsieg oft nur etwas Kurzfristiges, betont er. Das dazwischen, das heisst in den Trainingsphasen, sei genauso massgebend. „Da wird abseits der Öffentlichkeit intensiv mit Zielen und Zielerreichungen gearbeitet.“ Speziell nach Niederlagen seien die Verarbeitung und die Analyse für das Weitergehen fundamental. „Was ziehen wir als Mannschaft daraus für Schlüsse? Was kann ich als Einzelspieler das nächste Mal anders machen?“ Im Sport lerne man, mit den Auf und Abs umzugehen – und dennoch, Patentrezepte gäbe es keine. „Jeder muss letztendlich für sich einen Weg finden, um mit Misserfolgen umzugehen.“ Wichtig sei das Wiederaufstehen, nach vorne schauen. Die innere Haltung sei mitentscheidend.

Dazu gehört auch, dass Erfolge gefeiert werden. Auch hier bleibt Spycher bescheiden. „Es geht ums Mass“. Stolz, Freude und positive Gefühle, dürften sein. Doch durch die Popularität des Fussballs und die Meistertitel, würden Erfolge und Niederlagen extrem gehypt. „Es ist wichtig, sich von diesen Extremen nicht zu sehr leiten zu lassen“, meint er in seiner ruhig und bodenständig wirkenden Art. Man nimmt es ihm ab: überschäumendes Feiern liegt ihm nicht wirklich. Gleichzeitig beherrscht er es glänzend, sich in einem erfolgsverwöhnten Umfeld zu bewegen, da wo Spieler, Trainer und Verantwortliche, Negatives, wie etwa ein Spielrückstand oder eine drohende Niederlage, unmittelbar aus den Zuschauerrängen zu spüren bekommen. Als Spieler sei er darauf konditioniert worden, mit Druck umzugehen und sich ein Umfeld zu schaffen, das ihn trägt und stützt. Von diesen Erfahrungen zerze er noch heute.



Markus Hunziker und Christoph Spycher beim Interview

Das hilft ihm auch als Familienvater. Seine Jungs seien grosse YB-Fans, berichtet er schmunzelnd. Als es um die Übernahme des Postens als Sportchef ging, habe er dies mit seiner Familie gut abgesprochen. Es sei ihm wichtig gewesen, seine Kinder darauf vorzubereiten, dass er in dieser Funktion noch mehr im Fokus der Medien und Öffentlichkeit stehe, sie aber nicht für seinen persönlichen Erfolg verantwortlich seien.

Die Normalität klarstellen, ist Christoph Spycher wichtig. Sich nicht von Erfolgen blenden lassen, sondern fokussiert bleiben und selbst, wenn sich die Voraussetzungen stetig wandeln, weiter an Ziel und Sieg glauben. Dann ist vieles möglich.

Interview Markus Hunziker, Leiter Job Coach Placement; Text Sandra von Allmen, Job Coach

Christoph Spycher, geboren 1978, in Oberscherli bei Köniz aufgewachsen, spielte als Junior beim FC Sternenberg, später für den SC Bümpliz 78, den FC Münsingen und ab 1999 beim FC Luzern. Mit dem Grasshopper Club Zürich wurde er 2003 Meister und wechselte dann zu Eintracht Frankfurt, wo er sich als Führungsspieler in der Bundesliga etablierte. 2010 kehrte er in die Schweiz zurück und spielte bis 2014 bei BSC Young Boys. Für die Schweizer Nationalmannschaft spielte er 47 Länderspiele.

Seit September 2016 ist Spycher Sportchef bei YB. Er ist verheiratet, hat zwei schulpflichtige Buben und wohnt in der Region Bern.

Zwei Wege zum Erfolg

Fast alle Menschen wünschen sich Erfolg. Doch wie kommen wir dahin? Allgemein sind wir erfolgreich, wenn wir das erreichen, was wir uns vorgenommen haben. Erfolg bedeutet, die eigenen Ziele zu verwirklichen. Und zwar aktiv, durch eigenes Tun. Beruflicher Erfolg heisst spezieller, berufliche Ziele zu erreichen. Oft wird er an äusseren Kennzeichen festgemacht: einem schnellem Aufstieg oder einem hohen Gehalt.

Es gibt zwei Wege zum Erfolg. Der eine ist zur Genüge bekannt: Wir müssen investieren, um die Ziele zu erreichen. Wir müssen unsere Kenntnisse und Fähigkeiten weiterentwickeln, wir müssen uns einsetzen und engagieren. Viele Weiterbildungsangebote und Coaches wollen uns so zum Erfolg führen.

Es gibt aber noch einen anderen Weg. Dabei wird die Perspektive umgedreht. Die Ziele sind nicht mehr Fixpunkte, an denen wir uns ausrichten müssen. Vielmehr gilt es, die Ziele im Lichte der eigenen Fähigkeiten und der persönlichen Leistungsbereitschaft zu verändern. Ich muss nicht unbedingt Profimusiker werden, wenn ich nicht die Fingerfertigkeit dazu habe. Und wenn ich mich nicht genug für einen Sache motivieren kann, dann zeigt das vielleicht, dass ich sie gar nicht so wichtig finde. Dann ist es an der Zeit, die eigenen Ziele neu auszurichten. Sie so zu setzen, dass wir sie erreichen. Aus einer erfolglosen Managerin kann immer noch eine erfolgreiche Lehrerin werden. Letztlich kommt es nicht auf den schnellen Aufstieg an. Sondern darauf, etwas Gutes zu tun.



Prof. Dr. Dr. Claus Beisbart

Prof. Dr. Dr. Claus Beisbart

Prof. Dr. Dr. Claus Beisbart lehrt Philosophie an der Universität Bern. Er beschäftigt sich u.a. mit Grenzen des Wissens, Unsicherheit und den Grundlagen der Ethik.

Erfolgreich mit einer Begleitung unterwegs

Ich bin seit September 2018 in Begleitung eines Job Coachs unterwegs, dies aufgrund einer Psychose vor 1,5 Jahren. Der Coach begleitete mich zurück an meine Arbeitsstelle. Eine erneute Krise folgte diesen Frühling. Infolge einer schizophrenen Erkrankung erlitt ich eine akute Psychose. Da ich sehr gut vernetzt war mit meiner damaligen Psychologin und dem Job Coach mit den regelmässigen gemeinsamen Gesprächen, konnten diese schnell handeln und einen Notfallplan einleiten. Es wurde sofort eine Psychiaterin des Netzwerkes des Job Coaches involviert und ich wurde medikamentös stabilisiert.



Eigentlich hätte ich in einem solchen Fall direkt in stationäre Behandlung eingewiesen werden sollen. Dank der guten Vernetzung und der sofortigen Hilfe, konnten wir dies abwenden. Ich verblieb dank der schnellen und unkomplizierten Hilfe die gesamte Zeit im Arbeitsprozess.

Das Helfernetz gibt mir Vertrauen und Sicherheit auch bei unsicheren Gefühlen oder präpsychotischen Symptomen. Ich kann offen darüber sprechen und ich werde verstanden, ohne dass gleich meine Lebens- und Arbeitsbereiche in Frage gestellt werden und alle hysterisch werden. Vielen Dank an mein Helfernetz.

J.S, Teilnehmerin Job Coach Placement

Lernen von Pawlow



Markus Bont mit der JCP-Erfolgs-Glocke

Iwan Petrowitsch Pawlow machte Anfang des 20. Jahrhunderts eine Entdeckung: Sobald er klingelte, begann der Speichel seiner Hunde zu fliessen. Sie wussten, es gibt zu fressen. Pawlow schloss daraus: Verhalten baut oft auf Reflexen auf, das sich „konditionieren“ lässt.

Es gibt „positive Verstärker“, die den Lerneffekt der Konditionierung steigern.

Wir haben einen solchen „positiven Verstärker“. Eine Erfolgs-Glocke. Ziel ist, Erfolge gemeinsam zu feiern. Doch: was sind Erfolge? Der Erfolg wird von den Job Coaches unterschiedlich definiert: Da spielen die eigenen Ansprüche und Erwartungen eine Rolle. Für die einen ist es nur dann ein Erfolg, wenn eine versicherte Person in die Personalvermittlung via Phase II gelangt oder festangestellt wird.

Für andere, wenn eine teilnehmende Person einen Schritt in eine Richtung macht und Fortschritte erkennbar sind. Wenn alle Beteiligten erfolgreich zusammenarbeiten. Wenn miteinander Teilstrecken gegangen werden. Wenn sich ein Mensch auf den Coach einlässt. Wenn Vertrauen entsteht und Beziehung möglich ist.

Was ist für Sie Erfolg? Und: Wie feiern Sie kleine und grössere Erfolge? Unsere Glocke wird zu wenig gebraucht. Da können wir von Pawlow lernen.

Markus Bont, Job Coach und Teamleiter

Sozialstern: Ist eine Nomination ein Erfolg oder zählt nur der Sieg?

Der Zweite ist der erste Verlierer. Ist das wirklich wahr? Oder gibt es sogar Momente, wo der Sieg gar keine Rolle spielt?

Für Beat Rufi, Co-Betriebsleiter des Kulturhof Schloss Köniz, ist jede Nomination des Berner Sozialsterns eine Genugtuung, auch wenn es bis heute, bei drei Nominierungen nie ganz für den Sieg gereicht hat. Die Freude über die Nomination steht klar im Vordergrund und zeigt laut Rufi auch, dass die Öffentlichkeit Kenntnis nimmt von einer sozial engagierten Institution oder Firma.

Das Bewusstsein, die Arbeitsintegration zu unterstützen, und so einen wertvollen Beitrag auf dem Arbeitsmarkt zu leisten, sei der eigentliche Antreiber. Tue Gutes und sprich darüber!

Wenn Unternehmen sich investieren und die Integration zu einem klar definierten Firmenziel gehört, dann ist eine Nominierung wie eine Bestätigung für einen guten Job.

Entscheidend ist auch die Haltung und das Wertesystem, dass eine Firma gegenüber dem Markt definiert und lebt. Die Sicht, dass Arbeitsintegration einfach nur ein Zusatzaufwand ist, und begrenzt vorhanden Ressourcen noch zusätzlich binden, ist nicht ein idealer Ansatz und verleitet zu einer Verliererhaltung.

Die Nomination zur Verleihung des Berner Sozialsterns ist wie die Teilnahme an Olympischen Spielen. Ein Auftritt in der Öffentlichkeit der noch lange in Erinnerung bleibt.



Matthias Tschanz, Job Coach

Erfolgreicher Team-Ausflug um den Murtensee

Der Teamausflug 2019 startete in der Bäckerei Aebersold mit Kaffee und Nidelkuchen. Frisch gestärkt, ging es dann auf die Velos. Wir fuhren zuerst 19 km nach Praz. Von dort aus kraxelten wir schwitzend zum Hotel-Restaurant Mont-Vully. Mit wunderbarem Ausblick auf den Murtensee und

das Alpen-Panorama genossen wir unser wohlverdientes Mittagessen. Danach ging es zu Fuss zurück nach Praz und wieder auf die Velos. Nun fuhren wir noch die restlichen 9km an den Murtensee. Dort angekommen, hiess es ab aufs Stand-up-Paddle. Während einige einfach das schöne Wetter am See genossen, gaben andere noch einmal alles beim Beach Volleyball. Ein paar liessen den Abend dann noch bei einem Drink im Beach House ausklingen. Es war ein super Tag, mit perfektem Wetter und guter Stimmung.

Xenia Trösch, Lernende KV 1. Lehrjahr



Impressionen vom Team-Event rund um den Murtensee

Info an die Eingliederungsfachpersonen der IV

firststep

Berufliche Abklärung & Förderung

Neu: Abklärung mit psychiatrischer Expertise! Ein **spezialisiertes 4-wöchiges Programm** für Versicherte mit einer **psychischen Problematik**. Standardisiertes Verfahren, welches die Chancen für die Eingliederung in den ersten Arbeitsmarkt abklärt. Fragen zum Zumutbarkeitsprofil, der Eingliederungsfähigkeit und der gesundheitlichen Situation werden geklärt und entsprechende Empfehlungen abgegeben. www.firststep.ch

Impressum

Redaktion

T 031 970 10 30 / F 031 910 10 59
Markus Hunziker, Leiter JCP
Sandra von Allmen, Job Coach
Thomas Brandt, Sachbearbeiter

Auflage

Erscheint 3 – 4 mal jährlich
Versand an 2000 Adressen

Bestellungen / Abmeldungen

jobcoach@upd.ch

Herausgeber:
Job Coach Placement JCP
Waldeggstrasse 37
3097 Liebefeld

www.jobcoachplacement.ch