

# Wie viel Grips braucht man im Job?

Wie setzt man den Grips ein, um Emotionen in den Griff zu bekommen?



Foto © Pixelquelle

Eines steht fest: Der Intelligenzquotient, wie er in Tests ermittelt wird, ist kein Erfolgsfaktor. Wie verhält man sich also intelligent im Berufsleben? Und wie gebraucht man seinen Verstand, um Emotionen Herr zu werden? Die besten Strategien:

"Er ist gescheit". Intelligent und gescheit. "Jemand wird als intelligent eingeschätzt, wenn er sich in Situationen, die er noch nie erlebt hat, orientieren kann", sagt Psychiater und Führungskräftecoach Michael Lehofer. "Intelligenz zeigt sich also, wenn man rasch imstande ist, Dinge zu verknüpfen - zu verstehen, was womit zusammenspielt. In den Alltagsbewertungen heißt es, jemand sei intelligent. Was wir aber meinen, ist: Er ist gescheit". Und: "Wenn jemand sich besonders gescheit zeigen will, wirkt er erst recht unintelligent. Dabei kommt nur die wahre Meinung zum Vorschein, die er über sich selbst hat. Nämlich dass er sich blöder erlebt, als er scheinen will".

**Macht.** Kann man Intelligenz als Waffe einsetzen? "Eine Intelligenzbestie ist einer, der die Intelligenz wie die Zähne eines Raubtieres nutzt", so der Experte. "Macht wird unter uns Menschen in der Regel nicht mehr mittels Muskelkraft verteidigt, sondern mittels Information". Intelligenz ist also ein wichtiges Werkzeug, das manchmal als Waffe gebraucht wird. "Zynismus etwa ist ein Mittel der Intelligenz, die Oberhand zu behalten", so Lehofer. "Es ist ein klassisches Machtmittel. In Unternehmen sollte es aber wenig Platz für parallele Machtstrukturen wie Intriganz geben. Besonders peinlich sind nämlich Führungskräfte, die trotz der Möglichkeit formale Macht zu nützen aus Verantwortungsscheu lieber etwa auf Zynismus oder Intriganz zurückgreifen".

**Schön blöd!** Wenn jemand in einem Intelligenztest schlecht abschneidet, kann er dennoch erstaunlich viele Talente haben und in gewissen Bereichen äußerst kompetent sein. "Jeder, der nicht borniert ist, kann von ihm lernen", sagt Lehofer. "Gefährlich - vor allem für einen selbst - wird es, wenn man 'emotional verblödet'". In einer Konfliktsituation am Arbeitsplatz kann es passieren, dass man vor Wut oder Ärger blind oder vor lauter Furcht kopflös wird. Doch gerade in bedrohlichen Situationen sollte man wie ein Adler sehen und kühlen Kopf bewahren können.

Birgit Pichler, Kleine Zeitung 31.03.2007