

Arbeit

Finanzen

Digitalisierung

Nachfolge

Frank Uffmann

# Die KMU-Führungskolumne: Mit und zum Erfolg führen!

## Teil III: Angst

30. Januar 2020

# Mit und zum Erfolg führen!

## Teil III: Angst

Angst ist leider ein verbreitetes Phänomen, wie mal wieder die Umfrage des DGB-Index [Gute Arbeit](#) (Jan. 2019) des Deutschen Gewerkschaftsbundes (DGB) ergeben hat. 44% aller Befragten gaben an, Angst davor zu haben, Probleme auf der Arbeit gegenüber dem Chef oder der Chefin anzusprechen, wobei in der Altersgruppe über fünfzig Jahre dieser Prozentsatz nochmals deutlich wächst. In Zeiten ausgeprägt hierarchischer Strukturen ist das nachvollziehbar, aber heutzutage? Spurensuche: Was ist Angst überhaupt?

### Definition/Bedeutung:

Angst ist ein Grundgefühl, welches sich in uns als unlustbetonte Erregung äußert und in unserem Reptiliengehirn, der **Amygdala**, beheimatet ist. Noch bevor unser Bewusstsein in einer bedrohlichen Situation entscheiden kann, ob Angriff oder Flucht, hat diese Entscheidung unsere Amygdala längst gefällt.

Bedeutung von Angst in der **Arbeitswelt**: Angst vor **Arbeitsplatzverlust** oder **vor der Person des Chefs**, Furcht vor **mangelnder Anerkennung** oder **Einsamkeit** und mittlerweile natürlich Angst vor **Mobbing** sind hier die Hauptthemen.

### Warum ist Führen mit Angst ein wichtiges Thema?

Weil es viele schon erlebt haben oder noch erleben werden und der Führungsstil **Leadership by fear** keinerlei Alternative sein darf! Führen mit Angst prägt eine Führungs- bzw. Unternehmenskultur extrem negativ und das Resultat ist eine nur kurzfristig erhöhte Aktivität der Mitarbeiter, ggf. einhergehend mit flüchtigen Erfolgen.

### Wie führt ein Vorgesetzter mit Angst?

Drei Eigenarten sind besonders häufig anzutreffen:

1. ein Chef führt sehr autoritär
2. ein Boss erzeugt hohen Leistungsdruck
3. Führung mit wenig/keiner Nähe und/oder Anerkennung

### Praxistipp:

Wenn in einer Firma einer Angstkultur vorherrscht, dann suchen sie sich schnellstmöglich eine neue Abteilung oder verlassen sie das Unternehmen. Je nach Ausprägung der Angst können ansonsten psychische Probleme die Folge sein.

### Risiken und Nebenwirkungen:

Rankings zur Verdeutlichung des Leistungsgedankens können je nach Ausprägung in Unternehmen ein **Angstklima** erzeugen, das auch schon mal bewusst gefördert und aus diesem

---

<sup>1</sup> Frank Uffmann, Diplom-Leader, Autor, Macher und EX-Manager der Finanzindustrie gibt Tipps aus der Praxis für die Praxis zum Selbermachen.

Grund geschürt wird. **Rankings** kommen ursprünglich aus dem sportlichen Wettkampf, in dem schon das Wort **Kampf** steckt. Es gibt aber Menschen, die mögen auf der Arbeit nicht kämpfen, zumal das dem oft propagierten **Teamgedanken** widerspricht. Also Vorsicht!

#### **No-Gos:**

Führung mittels einer **Drohung** ist absolut tabu! Drohungen haben immer Angst als Folge und können beim Mitarbeiter zu langfristigen **psychischen Störungen** und zu angstvoller Inaktivität führen.

#### **Fazit:**

Ich habe mich oft gefragt, warum Mitarbeiter am Arbeitsplatz verbleiben, obwohl sie Angst empfinden, bis mir klar geworden ist: **Leiden ist leichter als Handeln!**