

IAK

Institut für  
Angewandte  
Kreativität ®

## Vom Gedanken zur Tat: CEO seiner selbst sein

### Die „systemische“ Wirkung der bewussten Führungskraft

Von **Giovanni Franco** – Trainer, Speaker und Executive Coach (PCC, International Coaching Federation). Gründer von ICA (Italy) – Institute for Applied Creativity Srl und Managing Partner von IAK International. Veröffentlicht von ALDAI-Federmanager in ihrem offiziellen Magazin DIRIGENTI Industria am 1. November 2025  
© Copyright: ICA (Italien) – Istituto per la Creatività Applicata Srl

### Die Führungskraft, die bei sich selbst beginnt

„Werden Führungskräfte geboren oder gemacht?“ Eine Frage, die immer wieder auftaucht – fast wie ein Mantra –, deren Antwort jedoch weit über vereinfachende Etiketten hinausgeht.

Führung ist weder eine angeborene Gabe noch ein Ziel, das ausschließlich durch Abschlüsse, Kurse oder jahrelange Erfahrung erreicht werden kann. Führung ist vielmehr ein Weg der inneren Bewusstwerdung, eine kontinuierliche

Reise, die mit der anspruchsvollsten Aufgabe beginnt: die komplexeste Person kennenzulernen, zu verstehen und zu führen, der wir in unserem beruflichen und persönlichen Leben niemals begegnen werden – uns selbst.

Nur wer in der Lage ist, die eigenen Impulse zu steuern, innere Mechanismen zu erkennen und Begrenzungen in Energie zu verwandeln, kann andere wirklich authentisch, ausgewogen und inspirierend führen. Diese Form von Führung kommt von innen: aus tiefem Selbstwissen und aus der Fähigkeit, in jeder Situation präsent zu bleiben – selbst unter Stress, in Konflikten oder angesichts des Unerwarteten.

### Die toxische Führungskraft und die Fluktuation

Der Unterschied ist enorm. Wären – rein hypothetisch – alle Führungskräfte achtsam, würden wir wahrscheinlich ein radikal anderes Unternehmensklima erleben. Die Daten sprechen für sich: Laut einer aktuellen Gallup-Studie hängen 70 % des Mitarbeiter-Engagements direkt von der jeweiligen Führungskraft ab. Es ist kein Zufall, dass der Hauptgrund für Kündigungen nicht das Gehalt ist, sondern die Beziehung zum Vorgesetzten.

Aus meiner privilegierten Beobachtungsperspektive kann ich jedoch sagen: Ich habe noch nie jemanden getroffen, der morgens aufwacht mit der Absicht, eine „toxische“ Führungskraft zu sein. Im Gegenteil – die unbewussten Handlungen zielen meist auf Effizienz, Wachstum oder Geschwindigkeit ab und sind an sich konstruktiv gemeint.

Das Problem ist, dass eine „toxische“ Führungskraft – autoritär, kontrollorientiert, nicht zuhören wollend – ungewollt Konflikte, Missverständnisse und Talentabwanderung erzeugt, mit negativen Auswirkungen auf die angestrebten Ergebnisse.

Eine bewusste Führungskraft hingegen managt Spannungen, ohne sie zu verdrängen, fördert Zusammenarbeit und unterstützt Mitarbeitende in ihrer Entwicklung. Bewusstsein wird so zu einem Wettbewerbsvorteil: für das Unternehmen, weil Engagement und Ergebnisse steigen; für die Mitarbeitenden, weil sie in einem Klima des Vertrauens arbeiten, in dem sie sich ausdrücken und ihr Potenzial entfalten können; und für die Führungskraft selbst, die mehr Freude und Genuss an der Arbeit erlebt und positive Gefühle gegenüber den Menschen um sie herum entwickelt.

### Die Schwierigkeiten des Alltags

Seien wir ehrlich: Diese Bewusstheit aufrechtzuerhalten ist alles andere als einfach. Ein unerwartetes Ereignis, eine Leistung unter den Erwartungen, ein Kollege, der widerspricht – und schon übernehmen unsere automatischen Reaktionen.

Die Neurowissenschaft bestätigt dies: Unser Gehirn ist darauf programmiert, schneller zu reagieren als zu reflektieren. Der Psychologe Daniel Kahneman bezeichnet dies als „schnelles Denken“, das häufig unsere impulsiven Reaktionen steuert.

Wie können wir also verhindern, vom Autopiloten überrollt zu werden? Wir müssen trainieren. Das heißt: lernen, einen Raum der Freiheit zwischen Reiz und Reaktion zu schaffen – einen kleinen, unsichtbaren, aber entscheidenden Raum.

Viktor Frankl beschreibt ihn so: „Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum. In diesem Raum liegt unsere Freiheit und unsere Macht, unsere Reaktion zu wählen.“ Genau dort entsteht die Möglichkeit zur Veränderung.

Darauf liegt zum Beispiel der Fokus des TETA®-Seminars, in dem dieser Raum zwischen äußerem Reiz und innerer Reaktion bewusst unter die Lupe genommen wird. In zwanzig Jahren Erfahrung als Trainer und Coach zeigt sich: Das Entdecken dieses meist ignorierten Raums eröffnet ein echtes Trainingsfeld für Bewusstsein – kein abstraktes Konzept, sondern eine konkrete, transformierende Erfahrung, die neue Wege des Entscheidens und Handelns eröffnet.

### Wer andere führen will, muss zuerst sich selbst führen

Bewusstsein zu trainieren bedeutet, Meister der eigenen Gedanken zu werden, Blockaden zu erkennen und sie in Energie zu verwandeln. Es bedeutet aber auch, in jedem Moment präsent zu sein und Emotionen sowie Impulse wahrzunehmen, ohne von ihnen überwältigt zu werden.

Gelingt es einer Führungskraft, auf diese Weise „auf Kurs zu bleiben“, entwickelt sie neue Vitalität: Die Bereitschaft, sich einzubringen, wächst; die Angst vor Risiken nimmt ab; die Lust auf Innovation steigt. Diese authentische Haltung inspiriert andere.

Führung ist dann keine Frage von Motivationslogos mehr, sondern gelebte Alltagsauthenticität. Menschen suchen keine Superhelden, sondern echte, stimmige Führungspersönlichkeiten, die Verletzlichkeit zeigen und präsent bleiben können.

### Ein Life-Hack für achtsame Führung

Zum Abschluss eine einfache Übung – ein kleiner Life Hack für den Einstieg. Meine Kollegin und Coach Francesca Brusa Pasqué nennt ihn „Tropfen der Achtsamkeit“, um die tiefe Fürsorge zu betonen, die diese kurze, aber kraftvolle Praxis vermittelt.

Schließen Sie die Augen (oder halb, wenn Sie möchten) und lauschen Sie eine Minute lang Ihrem Atem. Spüren Sie, wie er ist, akzeptieren Sie ihn, ohne ihn zu verändern – genau so, wie er ist. Hören Sie den sanften Klang, fühlen Sie die Körperstellen, die sich mit dem Atem bewegen. Erzwingen Sie nichts, seien Sie einfach ... Ihr Atem.

Eine Minute. Nur eine Minute. Und wenn es Ihnen guttut, ein wenig länger.

Welche Gedanken tauchen auf? Welche Emotionen zeigen sich? Wie fühlen Sie sich? Dies ist der erste Schritt, um sich selbst zu begegnen. Und dann: ein ... aus ...

### Die Zukunft gehört den bewussten Führungskräften

Die Arbeitswelt verändert sich rasant, doch eines bleibt sicher: Unternehmen wachsen nur, wenn ihre Menschen wachsen.

Heute stehen wir vor Künstlicher Intelligenz, die Rollen, Prozesse und sogar Entscheidungswege transformiert. Genau hier wird der menschliche Wert von Führung noch zentraler: Es wird Bewusstsein sein – nicht Automatismus –, das den Unterschied macht.

Denn während KI Daten analysieren und Lösungen vorschlagen kann, ist es nur eine authentische und präzise Führungskraft, die Sinn, Richtung und vor allem Seele in die Arbeit der Menschen bringt.

*Giovanni Franco – Trainer, Speaker und Executive Coach. PCC-zertifiziert (Professional Certified Coach) durch die International Coaching Federation. Seit über 20 Jahren international tätig in der Begleitung von Einzelpersonen, Teams und Organisationen zu Exzellenz. Gründer von ICA Italy – Institute for Applied Creativity und Senior Trainer des TETA®-Seminars für bewusste Führung. Managing Partner von IAK International.*