

IMPRESSUM

methodik 4/2019

Die Zeitschrift für
mittelständische Unternehmer
und Führungskräfte

ISSN 0936-4846

Herausgeber:
HelfRecht
Unternehmerische
Planungsmethoden AG

Redaktion:
Christoph Beck (verantwortlich)
c.beck@helfrecht.de
Telefon 0049 (0)9232 / 601-255

Gestaltung:
Herz.trifft.Hirn Design

Verlag:
HelfRecht Verlag und Druck

**Anschrift Redaktion,
Verlag und Vertrieb:**
HelfRecht-Unternehmerzentrum
Markgrafenstraße 32
D-95680 Bad Alexandersbad
Telefon 0049 (0)9232 / 601-0
Telefax 0049 (0)9232 / 601-282
www.helfrecht.de
redaktion@helfrecht.de

Druck:
novaconcept Schorsch GmbH
An der Weinbrücke 11
D-95326 Kulmbach

Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen
die Meinung des Verfassers/der Verfasserin dar.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und
anderes Material wird keine Haftung übernom-
men.

Diese Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen ein-
zelnen Beiträge und Abbildungen sind urheber-
rechtlich geschützt.

Alle Rechte zur Verwertung sind vorbehalten.
Dies schließt die Wiedergabe durch Film, Funk
oder Fernsehen ebenso ein wie jegliche Vervielfäl-
tigung und Verbreitung, die fotomechanische
Wiedergabe, den (auch auszugsweisen) Nach-
druck, Übersetzungen, die Erstellung von Ton-
und Datenträgern sowie die Eingabe, Abspei-
cherung und Verarbeitung in elektronischen
Systemen.

Gender-Hinweis: Wegen der besseren Lesbar-
keit verzichten wir in unseren Beiträgen über-
wiegend auf die Nennung mehrerer Geschlech-
ter. Unternehmer steht also gleichbedeutend
auch für Unternehmerin, Chef für Chefin,
Mitarbeiter für Mitarbeiterin, ...

Erscheinungsweise:
viermal im Jahr

Bezugspreis:
Jahresabonnement
€ 44,- (Deutschland) inkl. MwSt.
€ 50,- (International)

Titelfoto: Johannes Waibel / unsplash
Mittelfoto (S. 20/21): Jan Kahaneck / unsplash

EDITORIAL

3

METHODIK WISSEN UND PRAXIS

So klappt's mit der Selbstmotivation: Wie das HelfRecht-System dazu beitragen kann,
die eigene Motivation zu stärken, beschreibt HelfRecht-Vorstand Volkmar Helfrecht 4

ANWENDER IM GESPRÄCH

„Mit HelfRecht kann ich auch scheinbar unlösbare Probleme lösen“: Gerd Fürstenberger
sprach mit Jungunternehmerin Malena Kregel und ihrem Verlobten Niklas Sinz 8

Spagat zwischen Familie und Beruf: Wie Tobias Schuhmacher und Jana Haase die
Unwägbarkeiten des Alltags meistern, schildern sie im Interview mit Christl Ziegler 11

ANREGUNGEN FÜR DEN PERSÖNLICHEN ERFOLG

Reflexions-Impuls 1 von Marc Aurel 14

Achtsamer leben: Achtsamkeit zu praktizieren, kann helfen, mehr Ruhe und
Zufriedenheit ins eigene Leben zu bekommen. Tipps von Dr. Angelina Bockelbrink 15

Folgen Sie der leisen Stimme Ihrer Sehnsucht: Persönlicher Erfolg braucht als Basis
fünf Grundentscheidungen. Worauf es ankommt, beschreibt Wolfram Lehmann 17

Reflexions-Impuls 2 von HelfRecht 20

Alle Details auf dem Schirm? Um (auch im Verkauf) gut entscheiden zu können,
sollten wir alle notwendigen Informationen beisammenhaben. Von Roger Rankel 22

„Walt-Disney-Methode“ eröffnet neue Perspektiven: Wie Träumer, Realist und Kritiker
Ihnen helfen können, eine gute Entscheidung zu treffen, erläutert Claudia Hupprich 24

ANREGUNGEN FÜR DEN UNTERNEHMENSERFOLG

Reflexions-Impuls 3 von Prof. Dr. Götz W. Werner 28

Bauen Sie Bürokratie ab: Agil und wendig soll ein Unternehmen heute sein.
„Entschlacken und entregeln“ ist deshalb angesagt, meint Anne M. Schüller 29

Mit der Avatar-Methode zum stimmigen Leitbild: Wie Sie mit Kunstfiguren eine
glaubwürdige Identität für Ihr Unternehmen entwickeln, beschreibt Benjamin Schulz 31

Profilieren Sie sich als angesagter Arbeitgeber: „Feelgood-Management“ kann
frischen Wind in angestaubte Unternehmenskulturen bringen. Von Annelie Alexandru 34

Wandel von oben? Oder Engagement von unten? Gedanken von Henry Mintzberg
zur Frage, ob Veränderungsstrategien immer vom Chef angestoßen werden müssen 37

TERMINE

39

PRAXISTIPPS

Ihr ganz persönlicher Effizienz-Turbo: Am „Startschuss-Tag“ ins Handeln kommen.
Ein Ritual, das Ihnen helfen kann, Pläne wirkungsvoll in die Umsetzung zu bringen 40