

„Die Grundlage des Weltfriedens ist das Mitgefühl.“

(Dalai Lama)

Liebe Lesenden!

„**MITGefühl**“ mit dem Untertitel „**Warum Emotionen im Job unverzichtbar sind**“ ist ein wunderbares Buch von **Magdalena Rogl**. Sie schafft es in ihrem Buch, wissenschaftlich fundiert und persönlich formuliert, den Wert von Emotionen in beruflichen Kontexten aufzuzeigen.

„*Ich finde, du bist viel zu emotional*“, dieses nicht erbetene Feedback einer Kollegin verunsichert Magdalena Rogl anfangs sehr. Dieses Feedback veranlasst sie dazu, ihre vermeintliche Schwäche genauer zu prüfen. Sie geht insbesondere der Frage nach, warum wir Emotionen in der Arbeitswelt oft nicht ausreichend Platz einräumen. Dabei deckt sie Widersprüche und Missverständnisse auf. Sie ermuntert dazu, mehr Verständnis füreinander aufzubringen, auch und gerade in herausfordernden oder schwierigen Zeiten. Das Miteinander spielt schließlich auch im Job eine große Rolle. Sie leistet hierfür einen wertvollen Beitrag und wirbt für einen bewussten und reflektierten Umgang mit Emotionen im Job und allen anderen Bereichen des Lebens. Leider streift sie ein paar Themen wie z.B. Lob, Dankbarkeit, Resilienz, gewaltfreie Kommunikation nur am Rande.

Der internen Personalabteilung widmet sie als „Human Relations – nicht: Resources!“ übrigens ein eigenes Kapitel. Als wesentlicher Schlüsselfaktor geht es dort um Empathie. Empathie ermöglicht es uns, besser zuzuhören und Menschen damit auch gezielter und individueller zu fördern sowie Feedback zu geben. Zudem gibt sie ein paar praktische Tipps, wie sich etwa Onboarding-Prozesse auf positive Art emotionalisieren lassen (z.B. sog. „Interviews“).

Am Ende der jeweiligen Kapitel werden die einzelnen Kapitel mit Mini-Briefings und Übungen aufgelockert.

Ich erachte dieses Buch als sehr lesenswert, hilf- und aufschlussreich. Für ein emphatischeres Miteinander in allen Bereichen des Lebens!

Mit herzlichen Grüßen,

Monika Hesse-Haake