

Wie man sich in zehn Schritten weiterentwickelt

ZOLLIKON Robert Schiller aus Zollikon berät seit Jahren Unternehmen und Personen, die sich in einer Krise befinden. Nun hat er einen Ratgeber geschrieben. Dieser enthält zehn Schritte, die zu einem glücklicheren Leben führen sollen.

Seine Mission sei es, Leuten in schwierigen Situationen zu helfen, sagt Robert Schiller aus Zollikon. «Ich kann sie begleiten und ihnen Orientierung geben.»

Das will er nicht mehr ausschliesslich durch persönliche Gespräche erreichen, sondern auch anhand seines Ratgebers

dann überlegt, was das Essenzielle und Zeitüberdauernde ist. Aus seinen Begegnungen mit Menschen in Krisensituationen hat er die Tipps für den Ratgeber abgeleitet, an dem er rund zwei Jahre gearbeitet hat.

«Atmen Sie tief»

Der Merksatz zum ersten Schritt seines Ratgebers lautet etwa «Atmen Sie tief». Dies, weil hohe Leistungen gutes Atmen bedingen würden. «Wer immer nur rennt und hechelt, macht irgendwann böse Erfahrungen», ist Schiller überzeugt.

Seine Merksätze hat er mit Tipps und Übungen versehen. Die Übung zum Ersten lautet: «Atmen Sie fünf Sekunden lang durch die Nase ein, anschliessend gleich lang durch den Mund aus. Wiederholen Sie dies ein paar Mal.» Schiller ist davon überzeugt, dass sich Verhaltensänderungen über körperliche Erfahrungen festigen. Für jeden Schritt bleibt im Taschenbuch eine Seite leer, die für persönliche Notizen genutzt werden kann. An anderen Ratgebern stört Schiller, dass oft nur ein Thema behandelt werde – dieses dafür sehr ausführlich. «Wirkung entsteht jedoch erst durch die Kombination mehrerer Faktoren – das

«Ich kann Leute in schwierigen Situationen begleiten und ihnen Orientierung geben.»

Robert Schiller, Unternehmensberater und Autor

«Mir zuliebe». Dieser beinhaltet zehn Schritte, welche die Weiterentwicklung des Lesers fördern sollen. Er habe nur das Wesentliche zu Papier bringen wollen, sagt Schiller. Also nur «die Zehn Gebote und nicht die ganze Bibel». Der Ratgeber helfe den Lesern, persönliches Wohlbefinden herzustellen und leistungsfähig zu bleiben.

Die Essenz gesucht

Schiller beschäftigt sich schon lange mit dem Thema Führung und hat dazu bereits mehrere Bücher geschrieben. Der 65-jährige Zolliker hat Betriebswirtschaft an der Universität St. Gallen (HSG) studiert. Danach war er zehn Jahre für einen Schweizer Konzern im Ausland tätig. Zurück in der Schweiz half der selbstständige Unternehmensberater KMU aus der Krise. Später war er zudem Dozent für Führungslehre an der ETH Zürich und am Schweizerischen Public-Relations-Institut. Schiller bezeichnet sich als Business-Mentor. Bei seiner Arbeit gehe es darum, dass es sowohl den Mitarbeitenden als auch dem Unternehmen gut gehe.

Irgendwann habe er realisiert, dass zum Thema Führung immer wieder neue Theorien erhoben würden, sagt Schiller. Er habe sich

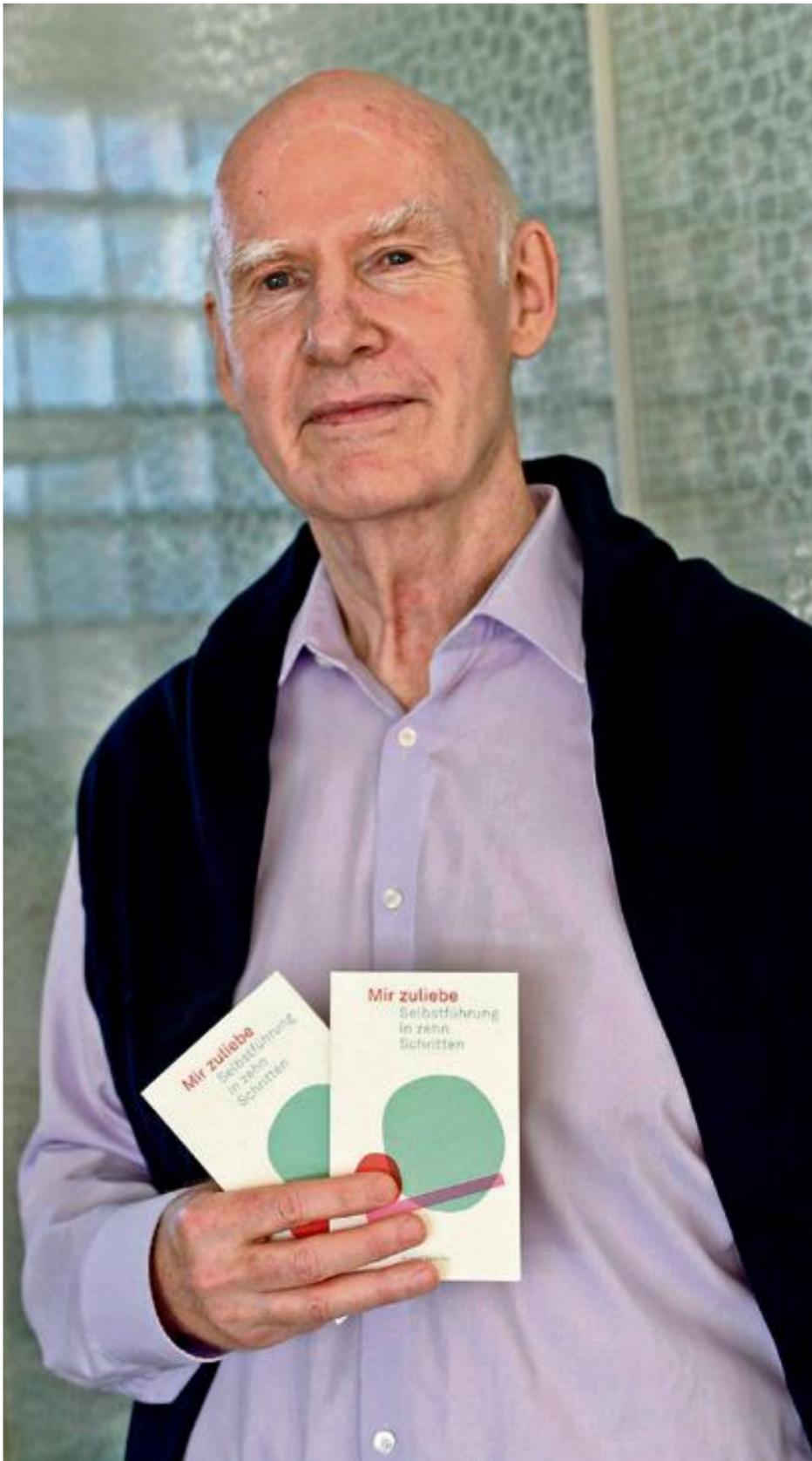
«Wer immer nur rennt und hechelt, macht irgendwann böse Erfahrungen.»

Robert Schiller

will ich mit den zehn Schritten erreichen.» Auch sei es für ihn weltfremd, ein Allerheilmittel zu präsentieren. Etwa nach dem Motto: «Mach das, dann hast du Erfolg.»

Fabienne Eichelberger

Der Ratgeber ist für 10 Franken über www.schillerconsulting.ch erhältlich.



Robert Schiller hat rund zwei Jahre an seinem Ratgeber «Mir zuliebe» gearbeitet.

Reto Schneider

Kunst und Wein

MEILEN Die Meilemer Winzerfamilie Schwarzenbach lädt zur Ausstellung «Kunst im Keller» ein. Im Mittelpunkt der Kunstausstellungs-Degustation steht der Zürcher Künstler Paul Leber sowie die gebürtige Meilemerin Monika Schudel. Lebers Schaffenswerk umfasst nicht nur Bilder in Öl, Gouachen, Lithografien und Radierungen, sondern auch Plakate, Broschüren, Verpackungen und Illustrationen. Schudel bildete sich zur Textgestalterin und Designerin aus. Dadurch wurde ihre Faszination für das Aktmodellieren geweckt. Seither stehen figurative Skulpturen im Mittelpunkt ihres Kunstschaffens.

Die Ausstellung «Kunst im Keller» findet vom 15. November bis 20. Dezember jeweils an Samstagen von 9 bis 16 Uhr statt. Die Künstler werden ab 14 Uhr anwesend sein. Degustiert werden können Weine von Schwarzenbach Weinbau Meilen und Lüthi Weinbau Männedorf. e

Schwarzenbach Weinbau,
Seestrasse 867, Meilen,
www.reblaube.ch.

Letzte Wanderung

STÄFA Die Pro Senectute Stäfa-Ürikon organisiert am Dienstag, 25. November, zum Abschluss des Wanderjahres 2014 eine Sternwanderung mit Abschlusshöck durch. Die Abfahrtszeiten sind (am Bahnhof Stäfa) für Gruppe 1 um 8.10 Uhr, Gruppe 2 8.38 Uhr und Gruppe 3 10.38 Uhr.

Gruppe 1 wandert von Bubikon über Rüti nach Usserwald (8,5 km, ca. 2 Stunden), Gruppe 2 wandert von Wagen zur Joner Allmend (6,3 km, ca. 1½ Stunden), und Gruppe 3 wandert von Rapperswil dem Strandweg entlang nach Buskirch (2,9 km, ca. 45 Minuten). Ab Alterszentrum Lanzeln gibt es eine Transportmöglichkeit um 11.30 Uhr zum Restaurant Kreuz in Jona. Nach dem Mittagessen (Spaghetti) gibt es einen Rückblick auf 2014 und einen Ausblick auf 2015. Die Rückfahrt für alle ist um 16.28 Uhr ab Jona (Ankunft in Stäfa um 16.52 Uhr). Das Billett kostet sechs Franken (Halbtax), und der Unkostenbeitrag beträgt fünf Franken. e

Anmeldung am Mittwoch, 19. November, von 8.30 bis 11.30 Uhr an Erna und Urs Flück, Telefon 043 477 07 71.

Leserbriefe

Ein unzureichender Politiker

Zu «Ich bin ja nur nebenbei Politiker»

Ausgabe vom 10. November
Auch wenn in dem für Christoph Blocher fast zu kleinen Rahmen des gesellschaftspolitischen Stammes Männedorf die Diskussion kaum in die Tiefe ging, war von ihm, dem gemäss Rolf Gollob «bisher interessantesten Teilnehmer» aller Veranstaltungen, doch Aufschlussreiches zu erfahren. Blocher ist immer für eine Überraschung gut. Aber dass ein Alt-Bundesrat bekennt: «Ich bin ja nur nebenbei Politiker», das ist nicht nur ein Novum, sondern wahrlich ein Tiefschlag für das schweizerische Staats- und De-

mokratieverständnis. Als in diesem Sinne «Nebenbei-Nationalrat» fühlte sich ja Blocher aus persönlichen Gründen auch seinem Mandat nicht verpflichtet, ob schon es ihm vom Schweizervolk übertragen worden war – also vom Souverän, der, wie Blocher immer wieder betont, abschliessend feststellt, was Sache ist.

Blocher sagt am gesellschaftspolitischen Stamm auch klar, um was es ihm geht: Es gehe ihm wie in einem (seinem?) Unternehmen auch bei politischen Auseinandersetzungen darum, zu gewinnen. Er ist mit anderen Worten in erster Linie Unternehmer, der für sein Unternehmen einen Gewinn einfahren will. Und dazu steigt er auch einmal in die politischen Hosen. Was seine unternehmerischen Absichten als «Nebenbei-

Politiker» ist, braucht uns Blocher nicht zu verraten. Als Schweizer genügt es zu wissen, dass er hauptsächlich unternehmerische Visionen hat und sich nach Gutdünken, wie beim Nationalratsmandat, über den Volkswillen hinwegsetzt, wenn anderswo vielleicht ein grösserer Gewinn zu machen ist.

DIE ZSZ ALS FORUM

Die «Zürichsee-Zeitung» steht als Forumszeitung allen offen, die ihre Meinung kundtun wollen. Im Interesse einer möglichst grossen Themenvielfalt bitten wir darum, dass sich die Verfasser kurz halten. Texte sollen nicht länger ca. 2200 Zei-

chen (inkl. Leerzeichen) sein. Vor Wahlen gehört Kandidatenwerbung in den Inserateteil. Gedichte, offene Briefe und private Erlebnisberichte können nicht veröffentlicht werden. Anonyme Zuschriften wandern in den Papierkorb. zsz

Ulrich Steiger, Herrliberg

FREIES GYMNASIUM ZÜRICH
gegründet 1888

Ab der 5. Primarklasse die Basis legen für Progymnasium oder Gymnasium – solide, aufbauend und gut betreut.

Info-Anlass für die 5. Primarklasse

Dienstag, 18. November 2014
18.30 Uhr, Bibliothek

Weitere Info-Anlässe: www.fgz.ch

The monolingual and bilingual way at FGZ

NEU
5. Primarklasse
ab August
2015