

## **Übungsaufgabe zum Kognitiven ABC – Modell**

### **Fallbeispiel: Herr Schmidbauer geht in Rente.**

Herr Schmidbauer ist seit über zwanzig Jahren Finanzbuchhalter eines mittelständischen Handwerksbetriebs. In diesem Jahr geht er Ende Juli in den wohlverdienten Ruhestand. Da sein Aufgabengebiet sehr umfangreich ist, wird sich die Einarbeitung eines neuen Mitarbeiters sicherlich über mehrere Monate hinziehen. So wies Herr Schmidbauer die Geschäftsleitung im Vorjahr darauf hin, dass sie sich bis zum Anfang des neuen Jahres um einen neuen Buchhaltungsmitarbeiter kümmern sollte.

Einen Tag vor Weihnachten teilte die Geschäftsleitung Herrn Schmidbauer mit, dass seine Stelle nicht mehr neu besetzt werden wird. Die Finanzbuchhaltung wird zukünftig von der Steuerkanzlei erstellt, die die Geschäftsleitung in steuerlichen Fragen berät.

Herr Schmidbauer ist auf eine ihm unerklärliche Weise verärgert über diese Entscheidung. Denn aufgrund seiner langjährigen Berufserfahrung weiß Herr Schmidbauer, dass die Verarbeitung der Buchhaltung aufgrund ihres großen Umfangs durch den Steuerberater nicht zu bewerkstelligen ist. Außerdem ist er enttäuscht, dass ihn die Geschäftsleitung nicht in deren Entscheidungsprozess einbezogen hatte. Er hätte sie auf die vielen Schwierigkeiten hinweisen können, wenn die Buchhaltung nach außen verlagert wird.

Im Januar geht er mit seinem alten Freund Hannes zum Pizza essen. Sie haben sich schon eine längere Zeit nicht mehr gesehen.

Als das Gespräch auf Herrn Schmidbauers Job kommt, fängt er an, sich bei seinem Freund, im wahrsten Sinne des Wortes, so richtig auszukotzen. Denn Herr Schmidbauer ist verärgert, enttäuscht und traurig, dass sein Arbeitsverhältnis auf diese Weise enden wird. Er verstehe nicht, wie die Geschäftsleitung nur so dumm sein könne, die Buchhaltung durch einen Steuerberater erstellen zu lassen. Dadurch würden viele Geschäftsvorfälle falsch verbucht werden, denn der Steuerkanzlei fehle der direkte Einblick in die Vorgänge des Unternehmens. Wie soll der Jahresabschluss dann richtig erstellt werden, wenn die Buchhaltungsdaten mit Fehlern gespickt seien? Wer soll das Controlling im Unternehmen übernehmen, wenn kein Buchhaltungsmitarbeiter mehr im Unternehmen tätig sei? Die zeitnahe Kontrolle sei immens wichtig für die Erhaltung der Wirtschaftlichkeit des Unternehmens. Die Chefs seien einfach unfähige Idioten, die vom Tuten und Blasen keine Ahnung hätten. Aber anstatt ihn zu fragen, hören sie auf den Steuerberater, der nur seine erhöhten Einnahmen durch den neuen Auftrag sähe. Eine kompetente steuerliche Beratung sei hier nicht gegeben gewesen.



***Übe Dich in der Kunst zu denken und bleibe in Deinem Kopf und in Deinem Herzen kreativ!***

Je länger Herr Schmidtbauer seinem Freund Hannes von seinem Job erzählt, desto ärgerlicher, enttäuschter und trauriger wird Herr Schmidtbauer. Er beginnt zu zittern und seine Stimme wird brüchig. Sein Freund Hannes macht sich Sorgen, wie Herr Schmidtbauer die nervliche Anspannung noch ein halbes Jahr aushalten soll. Er scheint schon jetzt ein seelisches Wrack zu sein.

Nimm nun an, dass Du der psychologische Trainer von Herrn Schmidtbauer bist.

Stelle ihm anhand seiner Gedanken das Kognitive ABC – Modell vor. Du bearbeitest die Aufgabe schriftlich.

Nutze die Möglichkeit das Kognitive ABC – Modell einzuüben und spicke nicht!

Fällt Dir nicht ein, wie Du die Aufgabe lösen könntest, lese meine Fachbeiträge zum Kognitiven ABC – Modell unter dem Untermenüpunkt *Wissenswertes* noch einmal durch.

Denn durch wiederholtes Vertiefen und Einüben wird Dir der Prozess der Analyse Deiner Gedanken anhand des Kognitiven ABC – Modells nach und nach zur Routine.

Auf der nächsten Seite findest Du ein Lösungsbeispiel, wie Du Herrn Schmidtbauers Gedanken in das Kognitive ABC – Modell übertragen könntest.

Kommst Du auf andere Möglichkeiten als ich, dann bleibe bitte bei Deinen Überlegungen, wenn Dir diese schlüssig erscheinen.



**© Kunst zu denken**  
**Andrea Winter-Achtelig**  
**Lebensberatung mit Tarot**

Tel.: 0911/44 66 22 1

Webseite: [www.kunst-zu-denken.de](http://www.kunst-zu-denken.de) ★ E-Mail: [aw@kunst-zu-denken.de](mailto:aw@kunst-zu-denken.de)

## **Lösungsanregung zum Fallbeispiel: Herr Schmidtbauer geht in Rente.**

Du wendest das Kognitive ABC – Modell auf Herr Schmidtbauers Ärger, Enttäuschung und Traurigkeit an.

### 1.) Was ist das Ereignis A bzw. der Auslöser für seinen Ärger, seine Enttäuschung und seine Traurigkeit?

Die Geschäftsleitung hat entschieden, dass Herrn Schmidtbauers Stelle in der Buchhaltung nicht mehr neu besetzt wird. Anstatt dessen wird die Buchhaltung in Zukunft von der Steuerkanzlei erledigt.

*Hat Herr Schmidtbauer einen Einfluss auf die Entscheidung bzw. kann er das Ereignis A verändern?*

Nein, Herr Schmidtbauer hat keinen Einfluss auf das Ereignis A, denn die Geschäftsleitung hat ihre Entscheidung sowie Vereinbarungen mit der Steuerkanzlei bereits getroffen.

### 2.) Wie fühlt sich Herr Schmidtbauer und wie reagiert er auf diese Entscheidung bzw. auf das Ereignis A? (Consequences C = Gefühle und Reaktionen)

Er ist äußerst verärgert, enttäuscht und traurig, dass die Buchhaltung an die Steuerkanzlei abgegeben wird.

- Er fühlt sich bei der Entscheidung der Geschäftsleitung übergangen.
- Wenn er an seinen Job denkt, wird seine Stimme brüchig und er beginnt zu zittern.
- Er redet schlecht über die Geschäftsleitung.

### 3.) Wie bewertet Herr Schmidtbauer die Entscheidung der Geschäftsleitung? (Bewertungen B)

- Die Buchhaltung kann von keinem externen Dienstleister übernommen werden, weil der Buchhaltungsumfang zu komplex ist.
- Die Geschäftsleitung hat keine Ahnung, was die Buchhaltungsabteilung in einem Unternehmen leistet und welche Aufgaben sie bisher übernommen hat.
- Herr Schmidtbauer glaubt, dass die Geschäftsleitung ihn nicht als kompetenten und fähigen Mitarbeiter ansieht, weil sie ihn nicht in ihren Entscheidungsprozess eingebunden hat.

### 4.) Wie könnte die Geschäftsleitung das Ereignis A bzw. ihre Entscheidung bewerten?

- Es werden Personalkosten und Arbeitsplatzkosten eingespart.
- Die Buchhaltung wird immer erledigt, denn Krankheit und Urlaub eines Mitarbeiters sind jetzt das Problem des Steuerberaters.
- Der Steuerberater hat direkten und schnellen Einblick in die Geschäftszahlen des Unternehmens.



***Übe Dich in der Kunst zu denken und bleibe in Deinem Kopf und in Deinem Herzen kreativ!***

- Die Geschäftsleitung hegt keinen Ärger gegenüber Herrn Schmidtbauer oder hält ihn gar für unfähig. Ihre Entscheidung ist rein betriebswirtschaftlicher Natur.

*Gefühle und Reaktionen C der Geschäftsleitung:*

- Die Geschäftsleitung ist gelassen und zufrieden bezüglich ihrer Entscheidung.

#### 5.) Wie könnte der Dalai Lama die Entscheidung der Geschäftsleitung bewerten?

- Das Leben ist einem steten Wandel unterworfen. Altes muss losgelassen werden, damit Neues beginnen kann.
- Die Geschäftsleitung versucht einen neuen Weg. Wenn dieser Weg ein Irrweg ist, kann sie umschwenken und wieder einen neuen Buchhalter einstellen.
- Herrn Schmidtbauers Bedenken könnten richtig, aber auch falsch sein. Wer nicht wagt, der gewinnt nicht.

*Gefühle und Reaktionen C des Dalai Lamas:*

- Der Dalai Lama zeigt Offenheit gegenüber der Entscheidung der Geschäftsleitung.

#### 6.) Zusammenfassung

Ob sich Herr Schmidtbauer nun ärgert oder nicht ärgert, die Entscheidung der Geschäftsleitung ist getroffen. Ihre Entscheidung hat nichts mit der Person Herr Schmidtbauer zu tun, sondern wurde aus betriebswirtschaftlichen Überlegungen heraus getroffen.

Ob diese Überlegungen nun weitsichtig oder kurzsichtig sind, steht in den Sternen und sind außerdem nicht Herrn Schmidtbauers Angelegenheit. Denn es ist nicht sein Unternehmen, auch wenn er sich aufgrund seiner langen Betriebszugehörigkeit mit dem Unternehmen sehr verbunden fühlt.

Sein Ärger und seine Selbstzweifel bezüglich seines Ansehens bei der Geschäftsleitung sind sinnlos. Letztendlich schadet er sich durch seine Sorgen, negativen Gedanken und Bewertungen nur selbst.

Macht sich Herr Schmidtbauer bewusst, dass seine Gedanken keinen Einfluss haben, wie in Zukunft die Buchhaltung im Unternehmen erledigt wird und dass es der Geschäftsleitung mit ihrer Entscheidung gut geht, ihm aber nicht, so hat er die Möglichkeit sein Denken zu verändern.

Bleibt er in seinen Gedanken hingegen stecken, wird das letzte halbe Jahr in dem Unternehmen für ihn zu einer Last, die er selbst erzeugt und letztendlich sinnlos ist.



**© Kunst zu denken**  
**Andrea Winter-Achtelig**  
**Lebensberatung mit Tarot**

Tel.: 0911/44 66 22 1

Webseite: [www.kunst-zu-denken.de](http://www.kunst-zu-denken.de) ★ E-Mail: [aw@kunst-zu-denken.de](mailto:aw@kunst-zu-denken.de)