

Kaffee im Meeting

Wenn es bei einer Besprechung keinen Kaffee gibt, sollten sich alle Teilnehmer danach richten. Es ist also kein guter Stil, wenn ein Mitarbeiter sich einen Becher Kaffee aus der Büroküche ins Meeting mitnimmt, sagt Agnes Jarosch vom Deutschen Knigge-Rat in Bonn. Gerade wenn externe Gäste dabei sind, mache das einen schlechten Eindruck. Denn es ist unhöflich, wenn diese dann keinen Kaffee angeboten bekommen.

Aber auch den Kollegen gegenüber wirkt es unpassend, während der Besprechung Kaffee zu trinken, wenn das offensichtlich nicht vorgesehen war. Das erwecke den Eindruck, als nehme derjenige die Besprechung zu locker und sehe sie eher als Kaffeeklatschrunde an.

Steht Kaffee im Besprechungsraum bereit, dürfen sich Teilnehmer ruhig auch bedienen, während vorn gerade jemand etwas vorträgt. „Aber diskret und leise“, sagt Jarosch. In größerer Runde ist es eventuell besser, mit dem Einschenken eine kurze Pause im Vortrag abzuwarten. „Sonst hat man schnell drei Leute, die gleichzeitig mit den Tassen klappern und laut umrühren, und versteht nichts mehr.“ Nach dem Einschenken ist nur noch eine Stilsünde zu vermeiden: Kekse in den Kaffee zu stippen. „Das sieht einfach unappetitlich aus.“ dpa



Alina Matyushevskaya, Murat Yeginer und Franz Ambelang (von links) studieren in Ludwigsburg Kulturmanagement. Foto: Mierendorf

Abschalten

Arbeitnehmer sollten sich vor dem Heimweg täglich fünf Minuten Zeit nehmen, um sich Notizen über den Job zu machen. Vielen falle es dann leichter, den Arbeitstag zu beenden und danach abzuschalten, sagt Carmen Binnewies, Professorin für Psychologie an der Universität Münster. Denn wer schon im Betrieb eine Bilanz seines Arbeitstages gezogen hat, muss sich am Feierabend nicht mehr damit beschäftigen.

Entlasten kann es auch, vor Feierabend eine To-do-Liste für den nächsten Tag zu schreiben. Sonst schwirrt Berufstätigen eine unerledigte Aufgabe nach Dienstschluss womöglich noch im Kopf herum. Haben sie eine Aufgabe erst teilweise erledigt, sollten sie abends die erfolgreich gemeisterten Zwischenschritte notieren, um die Arbeit innerlich abzuhaken. dpa

Teilzeit

Jeder Arbeitnehmer kann von seinem Arbeitgeber verlangen, dass er in Teilzeit arbeiten möchte. Das gilt zumindest dann, wenn das Arbeitsverhältnis seit mindestens sechs Monaten besteht, so Nathalie Oberthür, Fachanwältin für Arbeitsrecht. Allerdings muss der Angestellte seinen Arbeitgeber mindestens drei Monate vorher darüber informieren, dass er reduzieren möchte. „Der Chef soll Zeit haben, seinen Betrieb entsprechend zu organisieren“, so Oberthür.

Der Arbeitgeber muss dem Arbeitnehmer dann wiederum spätestens einen Monat vorher sagen, ob er den Antrag umsetzen will. Ablehnen kann er nur, wenn betriebliche Gründe dem Wunsch des Angestellten entgegenstehen. Das ist etwa gegeben, wenn durch die Verringerung der Arbeitszeit der Betriebsablauf gestört wird. dpa

Zwischen Kunst und Kommerz

Kulturmanager. Sie müssen sich oft widersprechende Interessen unter einen Hut bringen. Kulturmanager arbeiten in öffentlichen Einrichtungen oder im kommerziellen Kulturbetrieb.

Im Kulturmanagement treffen zwei Welten aufeinander: die nüchterne Ökonomie, bei der unterm Strich eine schwarze Zahl herauskommen soll, und die Kunst, die für ihre Entfaltung gerade das Gegenteil braucht, nämlich größtmögliche Freiheit und Unabhängigkeit von wirtschaftlichen Zwängen. Ein Kulturmanager muss viele verschiedene, sich oft widersprechende Interessen koordinieren und miteinander in Einklang bringen.

Etlche private und öffentliche Hochschulen bieten Studiengänge im Bereich Kulturmanagement an. Die Gewichtung der künstlerischen und der wirtschaftlichen Komponenten ist dabei unterschiedlich. Der erste Lehrgang dieser Art wurde 1976 an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien eingerichtet. Inzwischen können Interessenten zwischen verschiedenen Standorten wählen, darunter staatliche und private Hochschulen in Hamburg, Berlin, Basel, Freiburg – und Ludwigsburg. Die Institute sind untereinander vernetzt und haben viele Verbindungen ins Ausland.

Die internationale Ausrichtung ist selbstverständlicher Bestandteil dieses Studiengangs, der in der Regel als Aufbau- oder Kontaktstudium angeboten wird und stets einen ausgeprägten Praxisbezug hat. Anders als das Aufbaustudium, das in der Regel als Vollzeitstudium angelegt ist, richtet sich ein Kontaktstudium an Berufstätige und Ehrenamtliche im Kulturbetrieb, die sich weiterbilden wollen. An der PH Ludwigsburg zum Beispiel muss man sich für ein Kontaktstudium nicht an der PH einschreiben. Wer eine be-

stimmte Anzahl von Seminaren absolviert und die Klausurprüfung erfolgreich besteht, bekommt zum Abschluss ein Hochschulzertifikat. Weil diese Form des Studiums verstärkt nachgefragt wird, wurde in Ludwigsburg dieser Bereich weiter ausgebaut.

Die Studenten sind sowohl von ihrer Altersstruktur als auch von ihrem Werdegang her so unterschiedlich wie der Kulturbereich selbst. Einen wie Murat Yeginer würde man unter den Studenten an der PH im ersten Moment gar nicht vermuten: Er ist Schauspielregisseur in Pforzheim und, wie man meinen sollte, schon lange im Kulturbetrieb angekommen. Dennoch kehrt er seit ein- einhalb Jahren immer wieder an die PH zurück – als Dozent ebenso wie als Student. Bei sechs Seminaren hat er bislang mitgewirkt. „Es ist nicht nur interessant, sondern auch wichtig, Einblicke in alle Bereiche eines Theaters zu bekommen und die praktische Erfahrung auch mit Theorie zu füttern“, so seine Erfahrung.

PRAGMATISCHE ASPEKTE DER KULTURARBEIT

„Die Theater werden immer größer und die Belange immer komplexer“, sagt Yeginer. Deswegen hat er sich im Rahmen seines Studiums mit Themen wie Finanzen, Controlling, Werbung und Pressearbeit beschäftigt. „Ich muss ja auch schauen, ob meine Ideen funktional sind“, findet er. Auch für

seine tägliche Arbeit im Theater sind die Studieninhalte nützlich. „Oft bekomme ich in den Seminaren etwas, das ich schon seit Jahren mache, plötzlich einen Namen“, sagt er. „So bekomme ich eine Bestätigung für meine Arbeit.“ Obgleich er im Dienst eines städtischen Theaters steht, ist zum Beispiel auch Sponsoring für ihn ein wichtiges Thema. Schließlich inszeniert er nicht nur Klassiker, sondern macht zum Beispiel auch Projekte mit jugendlichen Schauspielern. Vom Verein „Sicheres Pforzheim, sicherer Enzkreis“ wird er dafür am 21. September mit der Verdienstmedaille ausgezeichnet. „Jetzt weiß ich, wie genau ich die Wege gehen muss, um effektiver zu sein“, resümiert Yeginer. Obwohl er als kreativer Theatermacher erfolgreich ist, verliert er mit Hilfe des Studiums die bodenständigen, pragmatischen Aspekte der Kulturarbeit nicht aus dem Blick: „Neue Impulse bringen einen weiter nach vorn, die Wirtschaft macht Innovationen – warum soll das in der Kultur anders sein?“

Der Berliner Franz Ambelang steht noch am Anfang seiner Karriere. Er ist 26 Jahre jung, hat in Passau seinen Bachelor in European Studies gemacht und vollendet gerade an der PH Ludwigsburg seine Masterarbeit über Welterbestätten in Deutschland. Ambelang möchte sich noch möglichst viele Optionen offenlassen, wo er sein Wissen nach dem Abschluss seines Studiums einbringen möchte. „Es muss nicht unbedingt der klassische Kulturbetrieb sein“, sagt er. „Kulturpolitik, Kulturstiftungen und internationale Organisationen sind auch interessant.“ Ambelang schätzt den ausgeprägten Praxisbezug des Studiengangs mit seinen Exkursionen und den Diskussionen mit Menschen, die in Kulturbetrieben arbeiten. „Wir haben auf diese Weise interessante Einblicke in den realen Kulturbetrieb bekommen“, lobt er.

Auch für die 24-jährige Alina Matyushevskaya aus Sankt Petersburg war die praxisorientierte Struktur des Studiums in Deutschland der ausschlaggebende Punkt, warum sie sich an einer Hochschule in Deutschland eingeschrieben hat und nicht in Sankt Petersburg geblieben ist.

IDEEN STRATEGISCH UMSETZEN

Das Studium der Kulturwissenschaften, das sie dort abgeschlossen hat, war ihr zu theorie-lastig. Bei Praktika in Museen in der russischen Metropole hat sie festgestellt, dass dort ihrer Beobachtung nach weniger strukturiert gearbeitet wird als in den Einrichtungen hierzulande. „Ich habe festgestellt, dass theoretisches Wissen alleine nicht reicht, und ich möchte wissen, wie man Ideen strategisch so umsetzen kann, dass es klappt“, erläutert sie ihre Entscheidung. Als Werkstudentin hat sie während ihres Studiums zweimal pro Woche bei der Robert-Bosch-Stiftung gearbeitet.

Kulturmanager finden sich in öffentlichen Einrichtungen, wie Museen, Theatern, Orchestern oder soziokulturellen Zentren, in Kulturämtern, aber auch im kommerziellen Kulturbetrieb, wie zum Beispiel im Kunsthandel oder in der Film- oder Musikwirtschaft. Internationale Organisationen und Stiftungen sind ebenfalls Wirkungsstätten für Kulturmanager. Je nach Position liegt der Schwerpunkt ihrer Arbeit auf der Wahrung des öffentlichen Bildungsauftrages, im Gestalten von Rahmenbedingungen, in denen Kultur sich entwickeln kann – oder in der gewinnbringenden Vermarktung kultureller Aktivitäten. Gabriele Metsker

» TERMINE

Die Open University Business School stellt am 12. September in Stuttgart das **MBA-Studium** an der britischen Fernuniversität vor. www.open.ac.uk/business-school/

Die Hamburger Fern-Hochschule, Studienzentrum Stuttgart, informiert am 11. September über die berufsbegleitenden Studiengänge der Bereiche **Wirtschaft und Technik** und am 13. September über **General Management**. www.ham-burger-fh.de; ☎ 07 11 / 67 23 59 - 50

Bäume umarmen im Büro – Business-Yoga und Co.

Entspannen. Büro-Gymnastik ist out – heute ist Business-Yoga angesagt.

„Erleuchtung in der Mittagspause“, „Entspannung im Handumdrehen“ oder eine „Acht-Minuten-Energiedusche“ – das sollen Techniken wie Yoga, Tai-Chi und Qigong fürs Büro bringen. So versprechen es zumindest die vielen Ratgeber, die es zu dem Thema gibt. Sie wecken große Erwartungen: Einmal kurz am Schreibtisch meditieren, und schon ist aller Stress verschwunden. Ganz so einfach ist es aber nicht.

Wenn Awai Cheung sich entspannen will, umarmt er als Erstes einen Baum. Als

Zweites formt er einen Ball. Und als Drittes öffnet er eine Blüte. Alles in seiner Vorstellung oder besser gesagt: in seinem Kosmos. Darin dreht sich alles um die Energie, das Qi. Die „Drei B“-Übung – für Baum, Ball, Blüte – nennt das der 44-jährige Chinese aus Berlin. Sie kommt aus dem Qigong, einer traditionellen asiatischen Technik. Seit mehr als zehn Jahren lehrt er seine Variante fürs Büro: Business-Qigong. Damit ist er nicht allein – auch für Yoga oder etwa Tai-Chi gibt es schon solche „Business“-Abwandlungen.

Die asiatischen Techniken seien in der Geschäftswelt angekommen. Das sieht auch Prof. Dirk Windemuth vom Institut für Arbeit und Gesundheit der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung so. „Die Akzeptanz ist inzwischen gestiegen.“ Mit Esoterik

habe das nichts zu tun, versichert Cheung. Solche Übungen seien auch etwas für Berufstätige ohne „Räucherstäbchen-Mentalität“. Und sie funktionierten ohne viel Aufwand. Berufstätige könnten die Übungen am Schreibtisch machen – sogar im Anzug.

Einen Energieschub soll zum Beispiel der „Bürogruß“ bringen, den Katja Sterzenbach in ihrem Buch „Business Yoga“ beschreibt. Er geht ähnlich wie der Sonnengruß aus dem Yoga, nur im Sitzen. Die Hände wie zum Gebet vor die Brust heben, langsam ein- und ausatmen, beim fünften Einatmen die Arme nach oben ausstrecken. Beim Ausatmen vorbeugen, die Hände gehen zum Boden. Dann beim Einatmen einen Arm senkrecht nach oben heben, während der andere am Boden bleibt – und umgekehrt. Zum Schluss noch

einmal beide Arme heben und zurück zum Anfang.

Der Sportmediziner Prof. Ingo Froböse vom Zentrum für Gesundheit der Deutschen Sporthochschule Köln sieht das Entspannen im Turbogang eher skeptisch. Berufstätige dürften keinen allzu tiefen Effekt von solchen Fünf-Minuten-Übungen erwarten. „Solche Übungen brauchen Raum, Zeit und Muße.“ Er rät, Yoga oder ähnliche Techniken erst richtig zu lernen, bevor man die Kurzformen fürs Büro ausprobiert. „Nur dann macht das Sinn.“ Es gebe aber keine Methode, die bei allen wirkt, ergänzt Windemuth. Der eine entspanne eher, indem er sich bewegt, der andere, indem er meditiert. Beschäftigte müssten daher ausprobieren, was ihnen guttut. dpa