

## «Was wir vom Hochleistungssport lernen können»

**Am 20. Mai 2026 luden die Unternehmen Electrolux AG, Georg Fischer Rohrleitungssysteme (Schweiz) AG, KWC Group AG, Sanitas Troesch AG, Schenker Storen AG, Schlagenhauf und die St. Galler Kantonalbank AG zur 23. Ausführung des beliebten Netzwerkanlasses IMMOClassic ins Seedamm Plaza in Pfäffikon SZ ein.**

Nach dem Empfang der Gäste in der Mall des Seedamm Plaza und der Einstimmung mit klassischer Musik an der Harfe, hielt Dr. Christian Lang, Senior Speaker im Team von JENEWEIN AG, ein spannendes und inspirierendes Referat zum Thema «Was wir vom Hochleistungssport lernen können».

Was macht Hochleistungsteam erfolgreich – und was können Unternehmen davon lernen? Anhand konkreter Beispiele und Denkanstösse zeigte der Referent auf wie Prinzipien aus dem Spitzensport in den Führungs- und Arbeitsalltag übertragen werden können.

### **Nicht jammern - handeln**

«Embrace this shit»! Das war die vermeintlich triviale Botschaft von Christian Lang und seinem Team an den Weltumsegler Oliver Heer, als er sich mit einer schier ausweglosen Situation auf seinem Schiff konfrontiert sah und, nahe dem Aufgeben, verzweifelt Rat suchte. Übersetzt lautete diese Drei-Worte-Botschaft: «Hör auf, dich zu beschweren. Du kommst da nur raus, wenn du anfängst die Situation zu akzeptieren». Radikal zu akzeptieren, was man nicht selbst kontrollieren kann, war auch der Rettungsanker des österreichischen Neurologen und Psychiaters Viktor Frankl (†1997), der mehrere Konzentrationslager überlebt hatte: «Alles kann einem Menschen genommen werden; nur eines nicht: Die letzte der menschlichen Freiheiten, die Wahl der eigenen Haltung in einer gegebenen Situation.» Lang teilt das in drei Sphären auf, die es zu erkennen und damit umzugehen gelte: Die äussere Sphäre ist die Betroffenheit (ich kann nichts ändern), die mittlere ist Einfluss (ich kann etwas dafür tun) und die innere und wichtigste ist die Kontrolle (es liegt ganz in meiner Hand).

### **Ein Appell an die kindliche Neugierde**

Mit zunehmendem Alter und steigender Erfahrung nimmt unsere Offenheit und Neugierde ab. Deshalb ist es wichtig, sich die kindliche Kraft der Neugierde zu erhalten und diese für sich nützlich zu machen. Neugierde spornt an, hinter die Dinge zu schauen, kreativ zu sein und Neues in Angriff zu nehmen, etwas zu wagen. Dabei sollte der Fokus auf einer positiven Transition (Übergang, Wandel, Wechsel) liegen und nicht von negativen Gedanken beeinflusst sein.

### **Der heliotropische Effekt und sein Nutzen in der Führung**

Dieser Effekt beschreibt das natürliche Bestreben von Organismen, sich Licht und proaktiver Energie zuzuwenden, um ihr volles Potential zu entfalten. Zum Beispiel Pflanzen, die sich nach einer gewissen Zeit dem Licht zuwenden. Daraus zieht Christian Lang wichtige Schlüsse für Führungskräfte und Teams. Entscheidende Faktoren dabei sind zum Beispiel das persönliche Auftreten, der Energiefluss beim Interagieren mit Personen sowie der Umgang und das Zulassen von positiven Emotionen nach der «Broaden-and-build-Theorie». Diese beschreibt die handlungs-

und gedankenerweiternden Konsequenzen positiver Emotionen. Speziell Führungskräfte müssen Fragen zulassen: Wie verändert sich meine Energie, wenn ich mit Einzelpersonen oder Teams interagiere? Wer sind die wirklichen Führungskräfte in unseren Strukturen? Wie würde ich selbst bewertet werden? Belohne ich positive Energie? Betreibe ich positive und nicht negative Leadership? Bin ich authentisch oder spiele ich etwas vor? Wirke und führe ich nach dem Grundsatz: Man muss Menschen mögen.

**Daueraufgabe: Hinterfrage dich selbst...**

Zusammenfassend zeigten die konkreten Beispiele deutlich, dass mentale Stärke, die richtige Einstellung und eine leistungsfördernde Kultur entscheidend für Erfolg und höhere unternehmerische Resilienz sind. Insbesondere regte Lang die anwesenden Führungskräfte dazu an, stets zuerst das eigene Denken und Handeln kritisch zu hinterfragen.

**Zur Person:**

Dr. Christian Lang ist Lehrbeauftragter und Programmdirektor Sportmanagement an der Universität St.Gallen. Er ist unter anderem zuständig für das CAS Sportmanagement, eine Management-Weiterbildung für ehemalige Spitzensportler/innen, Manager/innen aus Sportorganisation sowie sportaffine Führungskräfte aus der Wirtschaft. Dr. Christian Lang hat an der Universität St. Gallen promoviert und ist ausgebildeter Wirtschaftspädagoge der HSG.

In seiner Forschung, Lehre und Praxis beschäftigt sich Dr. Christian Lang schwerpunktmässig mit den Themen Sportmanagement, Sportmarketing, Selbstmanagement sowie der Führung und Kultur in Hochleistungsteams in Wirtschaft und Sport. Im Herbst 2025 hat er im renommierten Change & Innovation Management Executive Programm der Universität St.Gallen den «Best Speaker»-Award erhalten.

Dr. Christian Lang arbeitet mit diversen Unternehmen, Führungskräften und Athleten/innen sowie Hochleistungsteams aus Sport und Wirtschaft zusammen.