

Leben

Leistungsdiagnostik: Die Anspannung hinterlässt eindeutige Spuren am Herzschlag

Am Puls der Wahrheit

Nicht nur Sportler, sondern auch Manager sollten auf ihre Fitness achten.

Thomas Jäkle

Sportler und Manager haben vieles gemeinsam: Sie müssen zum richtigen Zeitpunkt topfit sein, um Höchstleistungen abzurufen. Mentale Fitness, also Nervenstärke und nicht nur eine ausgezeichnete körperliche Verfassung, ist ebenso ein Baustein für den Erfolg. Um die Leistungsfähigkeit zu erhalten, gar zu verbessern und zu optimieren, spielt die Leistungsdiagnostik eine wesentliche Rolle. Für Sportler mehr als für Manager – sollte man meinen.

Genau da scheiden sich aber die Geister. Während es im Hochleistungssport üblich ist – im Fußball wehrt man sich noch größtenteils gegen derartige Methoden –, mit Leistungsdiagnostik den Athleten zu begleiten, bleibt die Erhaltung der Arbeitskraft von Managern oft nur dem Zufall überlassen. „Der Unterschied zwischen Sportlern und Managern ist der, dass Sportler kein Doping betreiben dürfen“, erklärt Mental-Trainer Klaus Landauf vielsagend. Stressbewältigung gehöre im Profisport zum Tagesprogramm.



„Goldis“ Puls wurde zur Vierschanzentournee „live“ im ORF übertragen. Experten könnten daran Unregelmäßigkeiten ablesen. Foto: APA/Gindl

Bei Managern hingegen ortet er viel Unkenntnis, mit Höchstbelastungen gesund umzugehen.

Zur Vierschanzentournee der Skispringer zum Jahreswechsel hatte Landauf mit einem Team von Technikern die mentale Anspannung von Skispringern während ihres Wettbewerbs öffentlich gemacht. ORF-Co-Moderator und Ex-Weltmeister Andreas Goldberger wurde mit drei Sonden an der Brust mit einem zündholzschachtelgroßen EKG-Messgerät verkabelt. Selbst feinste Schwingungen

des Herzschlags wurden so erfasst. Vor, während und nach dem Sprung wurden die Daten per Funk an einen Computer geschickt. Die Fernseh Zuschauer bekamen umgehend erstmals live die psycho-physiologischen Messwerte auf der Mattscheibe angezeigt, konnten also miterleben, wie sich die Herzschläge in unterschiedlichen Stressphasen des Sprungs entwickelt haben.

Das System wurde erstmals vom Ex-Astronauten Franz Viehböck im Jahre 1999 erprobt und vom Joanneum Research in

Weiz weiterentwickelt. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass sich über die Herzfrequenz Aktivitäten des Körpers und des Gehirns widerspiegeln. Anspannung sowie Konzentration hinterlassen sichtbare Spuren am Herzschlag. Und das nicht nur bei Sportlern, wie Mental-Trainer Landauf bestätigt. Der Ex-Handballspieler hat sowohl Spitzensportler als auch Manager unter seinen Fittichen, neben dem Österreichischen Skiverband (ÖSV), früher zu Champions-League-Zeiten auch SK Sturm Graz, ist er auch am Landeskrankenhaus in Graz als Mental-Coach tätig.

Die Messungen werden auf 24 Stunden angesetzt. Aus den grafisch aufbereiteten Schwingungskurven lässt sich vieles ablesen. „Es ist durchaus zu erkennen, ob jemand Betablocker, Alkohol oder Kokain nimmt“, erklärt Landauf. Aber nicht nur derart extreme Einflüsse werden registriert. Aufgrund der filigranen Messmethode – das Gerät ist hundertmal genauer als eine Pulsuhr – ließen sich auch geringere Stressbelastungen punktgenau analysieren.

Karriere

economy fragt: Welches „Stück“ IT hat Ihr Leben verändert?

● **Dietmar Kotras (42)** wurde zum Chief Sales und Service Officer beim IT-Dienstleister T-Systems ernannt. Für den Manager hat der Blackberry zwar nicht das Leben verändert, er ist aber im Laufe der Zeit unentbehrlich geworden. „Die größte gesellschaftliche Veränderung hat sicher das Internet ausgelöst“, so der langgediente T-Systems-Manager. Foto: T-Systems



● **Damianos Soumelidis (44)** leitet seit Beginn dieses Jahres den Bereich Services and Operations bei S&T Austria. Zuvor war Soumelidis bei EDS Austria als Chief Operating Officer tätig. „Der PDA hat mein Leben dramatisch verbessert, weil ich damit sämtliche Informationen stets zur Hand habe“, erklärt der Manager. kl Foto: S&T Austria



« Zukunft hat, wer Zukunft macht »

IDS Scheer, strategischer Partner der SAP, steht für Business Process Excellence.

Business Process Excellence ist unser Leistungsversprechen, welches wir gegenüber unseren Kunden bei jedem Auftrag eingehen. Um dieses Versprechen einzulösen, engagieren sich über 170 Mitarbeiter in Österreich und über 2500 weltweit in allen wichtigen Fragen der Prozessorganisation und der IT - Implementierung.

Die Kombination aus Branchen- und Prozess-Knowhow stellt für unsere Kunden die nachhaltige Optimierung der Geschäftsprozesse sicher. Hervorragende Erfolge im nationalen wie internationalen Umfeld führen dazu, dass wir uns weiter verstärken wollen.

Der Bereich Compliance Management wächst durch aktuelle Themen wie Sarbanes-Oxley Act, Interne Kontrollsysteme etc. Daher planen wir uns personell zu verstärken. Die Position als Senior Consultant bietet das Potenzial den Ausbau aktiv mitzugestalten und in einem dynamischen Umfeld mitzuwachsen.

« Senior Consultant Compliance - Beratung »

Unser Angebot

Beschäftigung mit Zukunftsthemen. Spielraum für Teamplayer. Ein Klima, in dem aus Ideen Konzepte und aus Konzepten realisierter Kundennutzen wird. Außergewöhnliche Karrieremöglichkeiten in einem innovativen, dynamischen und jungen Umfeld.

Für nähere Details zu der ausgeschriebenen Position besuchen Sie unsere website: www.ids-scheer.at. Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung an unsere HR Abteilung unter recruiting-austria@ids-scheer.at

IDS SCHEER
Business Process Excellence