

## **Der kürzeste Weg aus der Krise: Mit Schuberts Winterreise durch berufliche und private Tiefen zu neuer Stärke finden**

Misserfolge überwinden, Verluste verarbeiten – eine Anleitung in 2 mal 12 Schritten: Christina Kuenzle stellt Selbsthilfe-Konzept für Führungskräfte vor –  
Buchpräsentation anlässlich des 5-jährigen Jubiläums von choice executive coaching

**Zürich, Schweiz, 5. Oktober 2009: Die Winterreise, der romantische Liederzyklus von Franz Schubert, und knallharter Manageralltag, wie passt das zusammen? Die Sprache romantischer Gedichte und die Kommunikation auf den Führungsetagen – Gefrorene Tränen hier und Earnings per Share dort – könnten wohl nicht weiter auseinander liegen. Doch trotz dieser scheinbaren Unvereinbarkeit eignet sich die Winterreise aus dem Jahr 1827, um Konflikte und Krisen, wie sie heute im Berufs- und Privatleben von Führungskräften typischerweise auftreten, zu meistern. Die Anleitung dazu liefert jetzt Christina Kuenzle in ihrem neuen Buch „Vom Abendrot zum Morgenlicht – der kürzeste Weg aus der Krise“. Anlässlich des fünfjährigen Jubiläums ihres Beratungsunternehmens choice entwickelt sie darin aus der Winterreise ein Modell zur Krisenbewältigung, das in 2 mal 12 Schritten dazu anleitet, Rückschläge und Enttäuschungen zu bewältigen und neue Lebensfreude und Gestaltungskraft zu gewinnen. Dafür wurden die Lieder der Winterreise von den Musikern Christoph Keller und Christoph Homberger in der ursprünglichen Reihenfolge der Gedichte von Wilhelm Müller neu aufgenommen und dem Buch als CD beigelegt.**

Seit fünf Jahren berät Christina Kuenzle Führungskräfte und trifft dabei häufig auf Menschen in Krisensituationen, ausgelöst durch berufliche Probleme, Konflikte am Arbeitsplatz, Jobverlust, private Trennungen oder Krankheit.

„Für viele berufliche und private Probleme gibt es keine einfachen Lösungen. Das Effizienzdenken unserer Zeit lässt keinen Platz für die Verarbeitung von Trauer, Schmerz und Verlust, sie gelten als unproduktiv und sind deshalb Tabuthemen. Trotzdem müssen wir uns darauf einlassen, wenn wir Burnouts vermeiden und uns nachhaltig Gesundheit und Lebensfreude erhalten wollen. So eine ‚Winterreise‘ kann Tage oder Jahre dauern, bis man den Weg aus Ärger, Wut und Trauer findet“, so die Autorin.

Kuenzle versteht ihr Buch als eine Art Reiseführer, die Winterreise von Schubert als modernes und heute wieder hoch relevantes Krisenbewältigungsmodell neu zu entdecken. „Auch wenn die schwelgend romantischen Texte zunächst befremdlich wirken mögen, offenbart die Winterreise einen zuverlässigen Weg, wie man sich Schritt für Schritt vom erlebten Trauma löst und neue Kraft schöpft, um gestärkt aus der Krise heraus zu kommen“, so Kuenzle.

Das Buch wird erstmals präsentiert am 8. Oktober in Zürich im Hotel Widder, im Rahmen der Feier von 5 Jahren choice executive and business coaching. Christoph Keller (Klavier) und Christoph Homberger (Tenor) werden dabei Teile der Winterreise vortragen. Dann liest Christina Kuenzle am 24. Oktober während der „Langen Nacht der kurzen Geschichten“ in Zürich aus ihrem Buch vor (16 Uhr, Art Forum Ute Barth, Kartausstr. 8, 8008 Zürich). Das Buch ist erschienen im Elster Verlag, Zürich.

### **Über Christina Kuenzle:**

Christina Kuenzle arbeitet sowohl in der Schweiz als auch international als Executive und Business Coach. Vor der Gründung ihres eigenen Unternehmens, choice ltd., war sie Mitglied der Konzernleitung der Sulzer AG und verantwortlich für die Konzernentwicklung. Christina Kuenzle ist dipl. Betriebswirtschafterin, hat einen MBA von INSEAD (Fontainebleau) und einen M.S. in "Coaching and Consulting for Change" von der Haute Ecole Commerciale de Paris (HEC); sie lehrt als Gastdozentin an der Universität Zürich und ist Mentorin und Coach an der Universität St. Gallen. Als Mitglied des INSEAD Global Leadership Centre wirkt sie regelmässig als Coach in internationalen Executive Development Programmen.

### **Über choice:**

Das Beratungsunternehmen choice mit Sitz in Zürich bietet Executive und Business Coaching an, also Unterstützung beim Erreichen von persönlichen Zielen und Unternehmenszielen, von der Optimierung des Führungsstils bis zu komplexen Veränderungsprozessen. Die Dienstleistungen umfassen u.a.: Karrieremanagement, Führungstraining, Teambuilding und Konfliktlösungen, Leistungssteigerung, Management Audits und Assessments. Die Coaches von choice arbeiten mit Einzelpersonen in individuellen Sitzungen wie auch mit Teams in Workshops.

### **Pressekontakt:**

Shepard Fox Communications  
[axel.schafmeister@shepard-fox.com](mailto:axel.schafmeister@shepard-fox.com)  
Axel Schafmeister  
Tel. +41 44 252 0708

### **Kontakt:**

choice ltd.  
Executive and Business Coaching  
Tel: +41 43 222 59 00  
[choice@choice-ltd.com](mailto:choice@choice-ltd.com)  
[www.choice-ltd.com](http://www.choice-ltd.com)