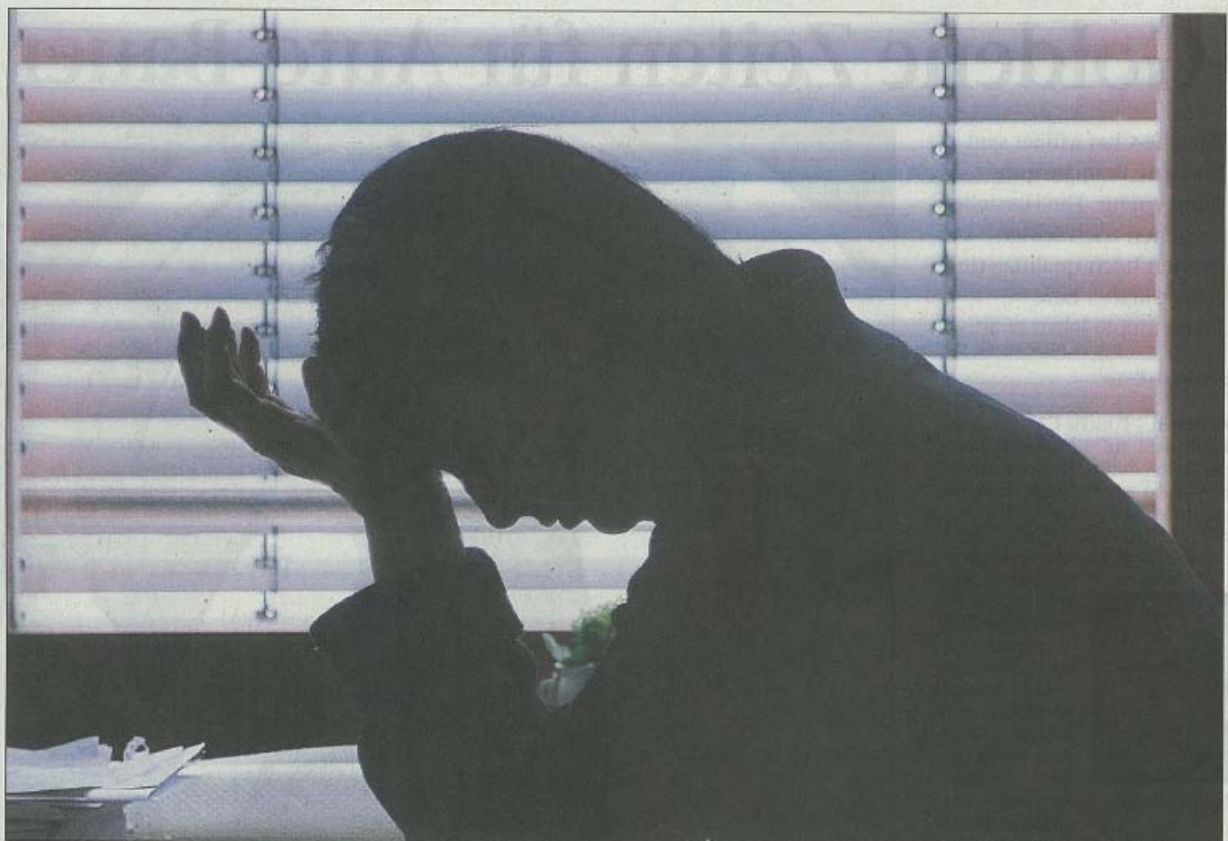


Regionale Wirtschaft

## Richtige Balance



Der Wirtschaftscoach Theo Bergauer verrät, wie Unternehmer und Arbeitnehmer die richtige Balance zwischen Beruf und Privatleben finden. **Seite 22**



Stress und Druck machen immer mehr Arbeitnehmern zu schaffen. Führungskräfte sind nach Ansicht von Coach Theo Bergauer verantwortlich dafür, dass sich ihr Personal nicht auspowert.

Foto: dpa

# „Wir sind zu oft Getriebene“

Der Wirtschaftscoach Theo Bergauer verrät, wie Unternehmer und Arbeitnehmer die richtige Balance zwischen Berufs- und Privatleben finden. Die Chefs fordert er auf, ihren Mitarbeitern mehr Vertrauen zu schenken.

*Herr Bergauer, heute ist der „Internationale Tag der Souveränität“. Was zeichnet eine souveräne Persönlichkeit aus?*

**Theo Bergauer:** Souveränität bedeutet, eigenständig und selbstbestimmt zu denken, zu fühlen und zu handeln. Souveräne Persönlichkeiten zeichnen sich nicht nur durch hohe fachliche und soziale Kompetenz aus, sondern auch dadurch, dass sie gerade in schwierigen Situationen Eigeninitiative beweisen und ihre Ziele hartnäckig verfolgen. Sie haben aufgrund ihrer Erfahrung ein solides Wertefundament und begegnen daher den Herausforderungen des Lebens mit Selbstvertrauen und der nötigen Gelassenheit.

*Wenn man sich die Mächtigen in Wirtschaft und Politik ansieht, dann gibt es nur ganz wenige dieser Gattung. Ist vieles eben doch nur graue Theorie?*

Souverän zu sein, heißt nicht, perfekt zu sein. Die Arbeitswelt wird immer schneller und der Druck sowohl auf Unternehmer beziehungsweise Geschäftsführer als auch auf Arbeitnehmer steigt, weil die personellen Ressourcen überall begrenzt sind. Umso mehr sind angesichts dieser Entwicklung Führungspersönlichkeiten gefragt, die Vorbilder sind – die Mitarbeiter inspirieren und motivieren können. Wenn Sie von Machtmenschen sprechen: Souveränität bedeutet nicht, uneingeschränkt Macht auszuüben oder Dominanz zu verkörpern.

*Genauso erleben aber viele Mitarbeiter ihre Chefs – als reine Machtmenschen.*

Das liegt daran, dass viele Chefs zu wenig Vertrauen in ihre Mitarbeiter haben. Für einen großen Teil der Führungskräfte stehen leider Zahlenkolonnen im Mittelpunkt, aber der emotionale Faktor wird vernachlässigt.

*Was meinen Sie damit?*

Führungskräfte binden ihre Mitarbeiter zu wenig ein. Nur immer von oben herab zu sagen „So wird's gemacht“, stößt dauerhaft auf wenig Akzeptanz. Zudem sollten Chefs mehr loben.

## Interview



Theo Bergauer,  
Coach und Souveränitäts-Experte

*Eine Binsenweisheit.*

Mag sein. Aber die Realität zeigt, dass sie in vielen Führungsetagen noch nicht angekommen ist. Dinge, die gut laufen, werden oft als selbstverständlich angesehen. Aber wehe, es passiert ein Fehler, dann hagelt es Kritik. Dabei ist es geradezu eine Pflicht für Unternehmen, Mitarbeiter zu pflegen und zu fördern.

*Sie spielen auf den Fachkräftemangel an?*

Genau. Unternehmen können in diesen Zeiten ihr Personal nicht beliebig austauschen. Eine gute Unternehmenskultur macht Firmen außerdem zu attraktiven Arbeitgebern.

*Wodurch zeichnet sich eine gute*

*Führungskraft noch aus?*

Führungskräfte müssen heute mehr denn je Coach für ihre Mitarbeiter sein. Freiräume zu lassen, ist sehr wichtig. Am erfolgreichsten sind diejenigen, denen es gelingt, ihre Mitarbeiter zunächst zum Mitdenker und schließlich zum Mitunternehmer zu machen. Führungskräfte sollten nie vergessen, dass sie Verantwortung für ihr Personal tragen. Eine gute Führungskraft sieht, wenn ein Mitarbeiter am Anschlag ist und nimmt entsprechend Druck weg.

*Studien zeigen, dass psychische Erkrankungen bis hin zum Burn-out in der heutigen Berufswelt zunehmen. Geredet wird darüber wenig, außer, wenn ein Prominenter wie der Fußball-Trainer Ralf Rangnick betroffen ist. Warum sind psychische Probleme für viele noch immer ein Tabu-Thema?*

Das liegt an tradierten Verhaltensmustern. Keiner will Schwächen zeigen, weil das als Erfolgs- und Karrierekiller gilt. Dabei ist es gerade umgekehrt: Schwäche zu zeigen, ist eine Stärke, weil es Mut und Selbstbewusstsein demonstriert. Und oft gewinnt man dadurch Sympathien. Niemand ist schließlich perfekt.

*Wie können Menschen vermeiden, sich auszupowern?*

Aufgaben zu delegieren ist ein entscheidender Faktor. Und: Mitarbeiter müssen die Kraft und den Mut aufbringen, auch einmal „Nein“ zu sagen. Besonders die motivierten und leistungsfähigen Beschäftigten müssen das oft erst lernen.

*E-Mail, Smartphone, soziale Netzwerke – auch in der Freizeit wird gearbeitet. 88 Prozent aller Beschäftigten in Deutschland haben laut einer Umfrage des Branchenverbandes der IT-Industrie keinen klassischen Feierabend mehr.*

Entscheidend ist es, Prioritäten zu setzen und damit eine vernünftige Balance zwischen Berufs- und Privatleben herzustellen. Technische Er-

rungschaften können Fluch oder Segen sein, je nachdem, wie man damit umgeht. Man muss doch nicht jede Minute seine E-Mails abrufen. Es reicht aus, sie in regelmäßigen Abständen zu checken. Man muss auch einmal loslassen können. Das familiäre Umfeld und soziale Kontakte halte ich für sehr wichtig. Gute Freunde helfen einem dabei, auch einmal Durststrecken im Beruf zu überwinden.

*Familie, Beruf, Freunde, Verein – bleibt da noch Zeit zur Selbstfindung?*

Jeder Mensch braucht Zeit für sich selbst und sollte sich die auch nehmen. Wir leben in einer Zeit, in der wir schon ein schlechtes Gewissen bekommen, wenn wir einmal nur nachdenken und nicht irgendetwas machen. Das gilt übrigens auch für die Berufswelt. Wir sind viel zu oft Getriebene. Es hilft, sich trotz des hektischen Alltags Zeit zu nehmen, und in Ruhe Strategien zu entwerfen und festzulegen, die man dann allerdings auch konsequent und dauerhaft verfolgen muss.

Das Gespräch führte  
Matthias Will

## Zur Person

Theo Bergauer, geboren am 6. Juli 1958 in Waldsassen, ist seit 20 Jahren als Coach für persönliche Entwicklung und unternehmerische Prozesse tätig. Er berät zum Beispiel seit Jahren den ehemaligen Box-Weltmeister Henry Maske. Der diplomierte Bau- und Wirtschaftsingenieur ist auch Buchautor. Für sein Werk „Karrierefaktor Souveränität“ hat er Unternehmer und Sportler interviewt und zeigt ihre Erfolgsgeheimnisse auf.

\*Der heutige 20. Oktober ist der „Internationale Tag der Souveränität“. Er soll einen Beitrag dazu leisten, dass Menschen die richtige Balance zwischen Berufs- und Privatleben finden.