

# Spagat zwischen Firma und Familie

## » INTERVIEW

Managementtrainer Gerhard Jantzen über die Herausforderung für Geschäftsführer, Amt und Familie unter einen Hut zu kriegen.



Vor allem für Firmenchefs, die täglich häufig zwölf Stunden oder länger arbeiten, kann das Zusammenspiel von Geschäft und Familie schnell zur Belastungsprobe werden. Personalcoach Gerhard Jantzen sprach mit gmbhchef darüber, wie man mit dieser Doppelbelastung richtig umgeht.

### Sollte Privates und Geschäftliches strikt voneinander getrennt werden?

Das dürfte zumindest unter der Woche kaum gelingen, weil die Geschäftsthemen irgendwie immer auch Bestandteil des privaten Lebens sind. Es sollte aber darauf geachtet werden, dass sie das Familienleben nicht dominieren. Am Wochenende wiederum ist eine Trennung eher machbar, vorausgesetzt das Büro wird nicht ins Wohn- oder Esszimmer verlagert.

Ansonsten können Gespräche mit dem Partner über geschäftliche Situationen, Erfolge und Ziele sehr inspirierend sein, um hieraus neue Ideen und Kraft für die Arbeit zu schöpfen.

### Wie können Konflikte und zeitliche Engpässe vermieden werden?

Bei mitarbeitenden Partnern sollten die Zuständigkeiten sowohl im Job als auch zu Hause genau geregelt werden. Wenn Kinder versorgt werden müssen, ist es notwendig, dass die mitarbeitende Frau genügend Freiraum für Kinder und Haushalt be-

kommt, um hier keine zusätzliche Stresssituation aufkommen zu lassen. Wichtig ist ebenfalls, der Partnerin regelmäßig Anerkennung für das Managen des häuslichen Bereichs zu schenken. Ferner muss sowohl im privaten wie auch im beruflichen Umfeld eine wertschätzende Kommunikation gepflegt werden, wobei der Partner aber nicht anders behandelt werden sollte als die übrigen Mitarbeiter.

Wenn es sich einrichten lässt, sollte man immer wieder eine Geschäftsreise oder einen Wochenendurlaub zu zweit bzw. mit der Familie einplanen. Es ist auch wichtig, Rituale, bezaubernde Momente und Sicherheiten zu schaffen – eben alles, was einer Familie Sinn gibt.

Ein weiterer Aspekt ist das Erlernen einer Entspannungsmethode, um Stress sowohl im Büro als auch im familiären Bereich besser bewältigen zu können.

### Ist es von Vorteil, wenn Familienangehörige im Unternehmen mitarbeiten?

Wenn es die Richtigen sind, kann das viele Vorteile haben. Bei den eigenen Kindern kann man beispielsweise beobachten, ob sie später für verantwortungsvollere Positionen im eigenen Unternehmen geeignet sind.

Darüber hinaus sieht man sich öfter, kann Dinge auch unter der Woche besprechen und muss somit nicht alles auf den Feiertag oder das Wochenende verschieben.

### Wie kann dafür gesorgt werden, dass die eigenen Bedürfnisse nicht auf der Strecke bleiben?

Eigene Wünsche und Vorstellungen sollten dem Partner regelmäßig vermittelt werden. Diese Bedürfnisse müssen, sofern notwendig, auch ganz klar verteidigt werden. Schließlich ist es sinnvoll, sich auch mit künftigen Zielen auseinanderzusetzen. Denn langfristige Visionen geben Kraft, die beruflichen Herausforderungen zu meistern.

» Langfristige Visionen geben Kraft, die beruflichen Herausforderungen zu meistern. «



**Gerhard Jantzen**  
Managementtrainer und Personalcoach  
implus Training & Beratung  
[www.implus.de](http://www.implus.de)