

WAS TUN, WENN SICH ALLES UM DIE FIRMA DREHT?

HIER
BEANTWORTEN
EXPERTEN IHRE
PAARFRAGEN

Ralf hat sich selbstständig gemacht. Sabine hilft ihm bei der Buchführung. Sie macht sich Sorgen, weil die Fragen um Ralfs Unternehmensgründung immer mehr Raum einnehmen. Sie führen kaum noch Gespräche, die sich nicht um Kundenprobleme oder Finanzierungssorgen drehen. Selbst wenn sie am Wochenende ausgehen, denkt er die meiste Zeit an die Firma. Sabine möchte ihn unterstützen, hätte aber auch gerne ihr Privatleben wieder zurück. Welche Vereinbarungen können helfen?

Ralf und Sabine machen bei der Unternehmensgründung ihre ersten Erfahrungen mit der Selbstständigkeit. Die erste Phase einer Unternehmensgründung ist besonders geprägt von guten und brillanten Geschäftsideen, heftigstem Arbeitseinsatz, der die Wochenenden oder manche Nachteinsätze mit einschließt, bis hin zu engen, finanziellen Ressourcen. Kunden, Mitarbeiter, Lieferanten, Geldgeber, Versicherungen und das Finanzamt müssen zufrieden gestellt werden. Die Konkurrenz sitzt im Nacken. Diese Erwartungen und Ansprüche erzeugen Druck und führen zu Stress. Bei Ralf und Sabine nehmen sie so viel Raum im Leben ein, dass der eigene Betrieb und das Eheleben kaum mehr voneinander zu trennen sind.

„Irgendwann haben wir wieder mehr Zeit, dann holen wir alles nach! Bald haben wir die mageren Jahre überstanden!“, tröstet mancher Unternehmensgründer sich und seine Frau. Doch diese Hoffnung ist trügerisch und bewahrheitet sich nur höchst selten. Wenn die Firma in die Gänge kommt, sinkt das Arbeitsvolumen nicht unbedingt – im Gegenteil!

EINGEKLEMMT

Ein Ehe- und Familienleben auf Sparflamme kann auf Dauer zu großer Unzufriedenheit führen, zu Hilflosigkeit und Ohnmachtsgefühlen bis hin zu Scheidungstendenzen. So weit ist es bei Ralf und Sabine noch nicht, aber sie sind in eine Sackgasse geraten. Wichtig ist nun für beide, dass sie Sabines Gefühle zur Situation wahr- und ernst nehmen und ein Austausch zwischen ihnen stattfindet. Sabines Gespür für ihre Sandwichposition zwischen Ralfs Unternehmensgründung und ihrem gemeinsamen Ehe- und Privatleben ist der Schlüssel, um Änderungen in ihrer bestehenden Situation herbeizuführen.

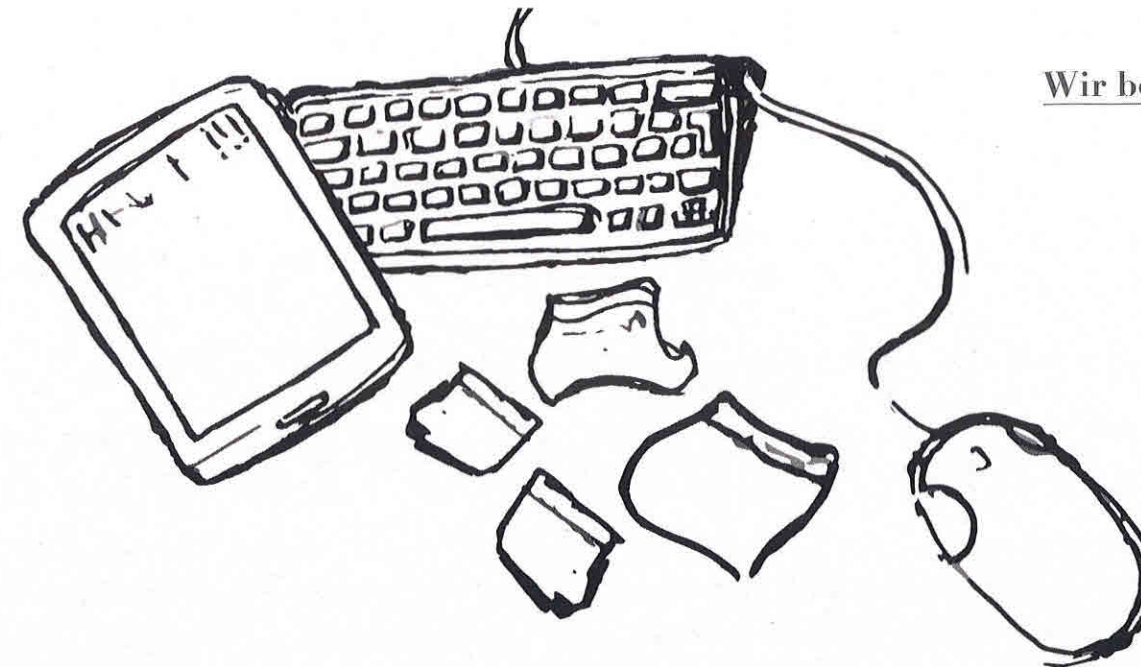
Frauen wie Sabine geraten oftmals notgedrungen in die unterschiedlichsten Rollen, die sie am besten gleichzeitig erfüllen möchten: als Ehefrau eines Unternehmers, Mutter, Haushälterin ... Im Gegensatz zu den meisten Männern fühlen sie sich mitverantwortlich für den Betrieb, für die Erziehung der Kinder, später für die Pflege der Eltern oder Schwiegereltern. Sie erleben einen Spagat in alle Richtungen.

Werden bei der Gründung des Betriebes keine klaren und schriftlichen Absprachen über Lohn, Gehalt und die soziale Absicherung des mitarbeitenden Ehepartners vereinbart, kann das zu zusätzlichen Schwierigkeiten führen. Frust und Abhängigkeitsgefühle bis hin zu Existenzängsten können sich breit machen.

GUTE EHE NUTZT DER FIRMA

Dabei ist es im Interesse der Firma, dass Ralf und Sabine ihre privaten Schwierigkeiten in den Griff bekommen, denn wenn die Krise zur Scheidung führt, hat das meist schlimme Konsequenzen für den Betrieb. Noch schwieriger wird es, wenn die getrennten Eheleute gleichberechtigte Betriebsinhaber sind. Laut Handelsblatt geht eine Scheidung dann häufig mit dem Bankrott der Firma einher.

Das Spannungsfeld zwischen Unternehmen und Privatleben ist groß und gerät sehr leicht außer Balance. Hier besteht dringender Bedarf zur Feinabstimmung und Justierung. Um die Balance wieder herzustellen, gilt es, Lösungsmöglichkeiten zu finden, die für beide Partner akzeptabel, realistisch und auch umsetzbar erscheinen. Ralf und Sabine und allen Paaren in einer ähnlichen Lage empfehle ich, folgende Vereinbarungen einmal durchzusprechen und zu prüfen. Passen Sie sie an Ihre Situation und Ihre Bedürfnisse an, verpflichten Sie sich dazu, und setzen Sie das Vereinbarte dann um.



VEREINBARUNGEN FÜR VIELARBEITER

Wir nutzen sämtliche Schlupflöcher.

Schlupflöcher können ein gemeinsamer Tanzkurs, Hobbies oder Ausflüge sein, um dem Alltag für ein paar Stunden zu entkommen. Ralf und Sabine könnten beispielsweise vereinbaren, dass sie einmal in der Woche einen langen gemeinsamen Spaziergang machen, Essen gehen oder zusammen Sport machen.

Wir wollen unseren Freundeskreis aufrecht erhalten.

Gesellschaft, Lachen und Unternehmungen mit anderen lassen Ralf und Sabine auf andere Gedanken kommen und abschalten. Auch wenn ihnen nur wenig Freizeit bleibt, sollten sie diese gemeinsame Zeit genießen.

Wir nutzen freie Minuten zu kleinen gemeinsamen Kaffeepausen.

Mal angenommen, Sabine führt die Bücher von Ralfs Unternehmensgründung im Büro zu Hause: Mit einer Vereinbarung zu „aktiven“ Kaffeepausen zu jeder Zeit können beide viele Themen in den normalen Arbeitsalltag verlagern und das Privatleben freischaufeln. Außerdem können Ralf und Sabine durch den Austausch Frustrationen abbauen, geschäftliche sowie private Informationen austauschen und Termine absprechen.

Wir überprüfen jährlich unsere Ziele und Vereinbarungen.

Sind die gemeinsamen Ziele erreicht oder brauchen sie Veränderung? Am Anfang sind die gemeinsamen Ziele oft noch recht klar, doch wenn man lange nicht darüber spricht, bleibt das nicht so. Ralf und Sabine sollten sich einmal im Jahr gemeinsam hinsetzen und sich fragen: Wo stehen wir jetzt, sowohl betrieblich als auch als Ehepaar? Wo haben sich unsere Ziele verändert?

Wir schaffen uns Freiräume.

Unbedingt vereinbart werden sollte, dass jeder auch seinen eigenen Freiraum bekommt und nutzt. Häufig ist dies der Sport oder auch ein Treffen mit einer eng vertrauten Person. Der persönliche Freiraum wirkt sich extrem positiv auf die wenige freie Zeit aus, um nicht nur genervt und abgespant zu sein.

Die genannten Vereinbarungen können ein wichtiger Schritt sein, um sich gemeinsam als Paar neu auszurichten. Wichtig ist, dass beide sie freiwillig eingehen, ohne sich unter Druck zu setzen und dass sie sich immer wieder bewusst machen, warum sie diese Regelungen getroffen haben. Im Idealfall profitiert nicht nur die Ehe von Ralf und Sabine davon, sondern auch die Firma. ☺

Wir nehmen uns bewusst Auszeiten.

Permanente Leistung, ständige Erreichbarkeit – auch am Wochenende – und guter Service werden von vielen Kunden erwartet. Auch wenn die Arbeit Spaß macht, herrscht eine finanzielle Abhängigkeit, die Druck erzeugt. Um wieder Kraft zu tanken, richtig abschalten und entspannen zu können, sollten Ralf und Sabine alle paar Monate eine Auszeit für ein verlängertes Wochenende vereinbaren. Dabei ist wichtig, dass sie an einen Ort gehen, wo sie dem Alltagstrott entfliehen können.



Andrea Kronester ist Heilpraktikerin für Psychotherapie, Entspannungspädagogin und veranstaltet Workshops und Seminare (www.praxis-kronester.de). Sie lebt mit ihrer Familie im mittelfränkischen Petersaurach.