

Gesundheitskompetenz - Power - Mann & Partnerschaft - wie geht das?

Unternehmer sind täglich mit zahlreichen Herausforderungen in ihren privaten sowie beruflichen Rollen konfrontiert. Wenn Arbeitsplatz und Familie ein Ort sind, muss man sich seinen unterschiedlichen Rollen als Unternehmer und beispielsweise Ehemann besonders bewusst sein.

Der moderne Bauer als Power-Manager ist täglich mit unterschiedlichsten Herausforderungen konfrontiert. Lange Arbeitstage, schwierige Entscheidungen und der tägliche Kleinkram fordern psychisch und körperlich enorm.

Darüber hinaus agiert er in seinen unterschiedlichen Rollen als Sohn, Partner, Vater und natürlich als Manager. Jede Rolle ist sowohl mit eigenen Ansprüchen als auch mit unterschiedlichsten Erwartungen der anderen Familienmitglieder gefüllt. Dass sich hier 2 gänzlich verschieden funktionierende Systeme - Familie und Betrieb - auch noch überlappen, macht es nicht einfacher: Als Ehemann seiner zugezogenen Partnerin einen sicheren Platz am elterlichen Hof zu schaffen, als Sohn seinen Eltern respektvoll die Umbaupläne zu vermitteln, als Vater Zeit und Muße für die Kleinen zu finden - und dann noch erfolgreich den Betrieb zu managen, kann schon manches Mal zu viel werden.

Power-Mann - Erster Lösungsansatz:

Schon die Beachtung der unterschiedlichen Rollen und Herausforderungen in Familie und Betrieb bringt Klarheit und Übersicht. Wenn die oft widersprüchlichen Erwartungen in der Familie auch noch ausgesprochen werden, kann Transparenz und Leichtigkeit entstehen. Weiters unterstützend ist, wenn gleich viel Wert auf die Lösung betrieblicher wie familiärer Anforderungen gelegt wird.

Meist bleibt auch (zu) wenig Kraft, Zeit und Raum für Liebe und Partnerschaft - nicht, weil es niemand möchte, sondern weil einfach Kraft und Muße für das Gemeinsame fehlen.

Partnerschaft - Erster Lösungsansatz:

Das „Ja, ich will!“ vor 20 Jahren ist zu wenig: Liebe will genährt werden! Ansonsten verkümmert sie und verschwindet eines Tages! Wieder mit kleinen gemeinsamen Unternehmungen zu beginnen, neben betrieblichen auch wieder persönliche Gesprächsthemen anschnitten, den lange geplanten Tanzkurs endlich zu beginnen oder abends den Dorfwirt zu besuchen. All das fördert Nähe und lässt Zuneigung und Liebe wieder wachsen.

Autorin: Birgit Jellenz-Siegel

Dr. Birgit Jellenz-Siegel ist Psychologin, systemische Beraterin, langjährige Seminarleiterin bei den SVS - Gesundheitsaktionen und führt eine Praxis in Graz. Neben Einzel-, Paar- & Familienberatung sind ihre Spezialgebiete Hofübergabe, Unterstützung pflegender Angehöriger, Generationenberatung, Trauerbegleitung und die Krisenintervention.



Weiterführende Informationen

- » <https://www.agrarheute.com/land-leben/beziehungskiller-landwirten-550464>
- » https://www.liebegg.ch/upload/rm/agridea-9-beziehungen-lebensqualitaet.pdf?_=1539952787000