



Wie kann man beruflichen Erfolg und ein erfülltes Leben miteinander vereinbaren? Unternehmer Gerold Wolfarth hat seinen persönlichen Weg gefunden. Und daraus zehn Leitlinien abgeleitet, die seinen Erfolg ausmachen.

von Gerold Wolfarth

Jeden Tag **erfüllt leben**

Ein erfüllender Beruf ist wunderbar – aber für mich war immer klar, dass ich mehr will. Ich definiere meinen Erfolg nicht über den Unternehmensgewinn, sondern darüber, wie gut es mir gelingt, alle Lebensbereiche, die mir wichtig sind, in Einklang zu bringen: Familie, Beruf, Freizeit, Gesundheit, Finanzen und Freunde. Schon klar: Der Wunsch nach einem rundum erfüllten Leben ist beileibe nicht neu. Aber deshalb ist er nicht weniger ambitioniert. Sie kennen es selbst: Wer im Beruf Vollgas gibt, dem fehlt meist die Zeit für elementare Dinge wie das Treffen mit Freunden oder den Ausgleichssport. Die Frage ist also: Wie lässt sich ein Leben in der Balance wirklich umsetzen? In 20 Jahren Unternehmertum habe ich meinen persönlichen Weg gefunden. Und ich habe Leitlinien definiert, die ich bis heute konsequent befolge – beruflich und privat. Die möchte ich Ihnen hier vorstellen. Ich verspreche: Wenn Sie diese beherzigen, wird sich Ihr Leben grundlegend verändern.

1. Reden Sie Klartext

Einer meiner wichtigsten Grundsätze ist es, Klartext zu sprechen. Denn was führt am häufigsten zu Problemen? Schwierigkeiten in der Kommunikation. Klare Worte, Offenheit und Ehrlichkeit sind das beste Mittel gegen Missverständnisse. In unserem Unternehmen ist die Art des Umgangs miteinander eindeutig geregelt.

Schon bei der Einstellung neuer Mitarbeiter oder Führungskräfte schreibe ich meine Vorstellungen klar und deutlich nieder, Punkt für Punkt. Im Gespräch übergebe ich dem Kandidaten dann das Schriftstück, gehe jeden Punkt mit ihm durch und frage bei jedem Thema, ob er meine Vorstellungen mittragen kann. Wenn nicht, kann es sein, dass ich mich überzeugen lasse und wir sie neu definieren. Mir ist wichtig, dass auch die Menschen in meinem Umfeld Klartext reden, das fordere ich sogar ein. Das System funktioniert übrigens auch im Privaten. Meine Frau, meine Kinder und ich haben gemeinsam eine Familienphilosophie erarbeitet. Darin steht, dass wir offen und ehrlich zueinander sein wollen, aber auch, dass wir sonntags etwas zusammen unternehmen und sich keiner von uns anderweitig verabredet. Natürlich funktioniert das nicht immer perfekt, aber wir verfügen über Leitlinien, an denen wir uns orientieren können.

2. Definieren Sie persönliche Ziele

Keine Ziele zu haben bedeutet, sich vom Zufall steuern zu lassen. Viel effektiver ist es, klar für sich zu definieren: Wie will ich mein Leben führen? Wo will ich hin? Nicht jedes Ziel ist dabei ein lohnenswertes Ziel. Es sollte bestimmten Kriterien standhalten. Ich möchte zum Beispiel einmal in der Woche mit meinem besten Freund

Frank einen gemeinsamen Abend verbringen. Ist das zeitlich realistisch (ein Abend in der Woche)? Ja. Ist es bildlich vorstellbar (zum Beispiel Kino, Trampolinhalle, Biergarten, Quatschen, Mountainbike)? Ja. Ist es sinnvoll und motivierend? Ja, Frank ist schließlich mein bester Freund. Ist es flexibel, also kann der Abend notfalls wegen eines Auswärtstermins einmal ausfallen oder können wir ihn auf einen anderen Abend verschieben? Ja – allerdings nicht zu oft, denn das wäre nicht mehr flexibel, sondern inkonsequent. Ist das Ziel konkret und messbar? Auch das trifft zu. Auf diese Art lassen sich sämtliche Ziele durchdeklinieren.

3. Konzentrieren Sie sich aufs Wesentliche

Für viele Unternehmer ist es ein Traum, sich die Aufträge und Kunden aussuchen zu können. Auch ich habe viele Jahre gebraucht, um diesen Zustand zu erreichen. Dabei ist das Rezept im Grund einfach: Es geht darum, sich sowohl im Geschäft als auch im Privaten auf das Wesentliche zu konzentrieren und alles wegzulassen oder zu delegieren, das nicht in diese Kategorie fällt. Ich kann kein Buch schreiben, halbtags in einem Geschäft arbeiten und zweimal wöchentlich Yogaunterricht geben. Womöglich muss ich einige interessante Dinge zurückstellen und kann mich erst ein Jahr später wieder mit ihnen befassen. Diese Selbstbeschränkung fällt manchmal nicht leicht, doch auf längere Sicht macht sie nach meiner Erfahrung zufriedener, erfolgreicher und erfüllter.

4. Seien Sie sich Ihrer selbst bewusst

Viele Menschen bauen Selbstvertrauen über ihr Äußeres auf und nicht über ihre Fähigkeiten und Charaktereigenschaften. Dabei heißt „Selbstvertrauen“ ja auch: Ich traue mir selbst etwas zu und bin in der Lage, die Aufgaben, die sich mir im Leben stellen, selbst zu managen. Wenn ich vor einer großen Herausforderung stehe, führe ich mir daher ganz gezielt vor Augen, was ich bereits erfolgreich bewältigt habe: Unternehmenskrise überstanden, dreimal den Ironman geschafft, eine Familie gegründet – ich könnte die Liste noch um etliche, auch scheinbar unspektakuläre, aber nicht weniger wichtige Punkte ergänzen. Daraus ziehe ich die sichere

Überzeugung, dass ich auch den nächsten Schritt bewältigen werde.

5. Seien Sie authentisch

Kein Mensch sollte sich verbiegen müssen, um einem Bild zu entsprechen oder bestimmte Erwartungen zu erfüllen. Ich ziehe vor anderen Menschen keine Show ab, sondern zeige mich ihnen authentisch – im Geschäftlichen genauso wie im Privaten. Und wenn ich etwas nicht will, mache ich es auch nicht, selbst wenn mein Umfeld das von mir erwartet. Viele meinen zum Beispiel, ich müsse als Chef einer Firma eine teure Uhr tragen, um zu zeigen, wie erfolgreich ich bin. Ich bin aber kein Rolex-Typ, das passt einfach nicht zu mir. Ein solches Prunkstück an meinem Handgelenk würde sich für mich falsch anfühlen. Es ist im beiderseitigen Interesse, sich so zu zeigen, wie man ist, damit keine falschen Erwartungen geweckt werden. Wir merken meist ohnehin recht schnell, wenn etwas an dem vermittelten Bild nicht stimmt, also durch Vorgespieltes irgendwie gebrochen ist. Wenn ich dagegen ein authentisches Bild von einem Menschen bekomme, kann ich entscheiden: Passt er oder sie zu mir oder nicht? Nur mit Ehrlichkeit können langfristige und stabile Kundenbeziehungen entstehen. Für private Freundschaften gilt das eins zu eins.

Wo will ich hin? Persönliche Ziele und Wünsche zu definieren und diese konsequent zu verfolgen, ist ein zentraler Aspekt eines erfüllten Lebens.



6. Handeln Sie mutig und konsequent

Bereit zu sein, Neues zu wagen und im Leben etwas zu verändern, das ist für mich Mut. Gepaart mit Konsequenz ist er wesentlich, um weiterzukommen und Ziele zu erreichen – sogar solche, die auf den ersten Blick unmöglich scheinen. Mut aufzubringen heißt in diesem Sinne auch, eine Entscheidung zu treffen. Eine sehr alte Bedeutung von „entscheiden“ ist, etwas von etwas anderem zu trennen. In unserem Fall können wir diese Bedeutung übertragen: Wir müssen uns von Althergebrachtem trennen, etwa vom jahrelangen Zigarettenkonsum oder dem

falschen Job. Wenn das Ziel feststeht, heißt es konsequent bleiben und unbeirrt darauf hinarbeiten. „Ich sollte“ oder „Ich möchte gern“ sind dabei die falschen Signalwörter. Die Frage muss vielmehr lauten: „Was tue ich konkret dafür, mit dem Rauchen aufzuhören oder eine bessere Arbeit zu finden?“ Ein falsch gesetztes Ziel führt schnell zu Frustration und einem angeknacksten Selbstbewusstsein – weil ich immer nur erfahre, dass ich es nicht erreiche.

7. Motivieren Sie sich selbst

Viele Menschen sind darauf geprägt, zu warten, dass ihre Motivation von außen kommt. Die-

„Tu jeden Tag bewusst etwas Gutes“

Im Supermarkt, kurz vor Ladenschluss: Meine Frau hat mich gebeten, auf dem Nachhauseweg rasch ein paar Tomaten und ein Brot zu besorgen. Wir wollen ins Kino und vorher noch mit den Kindern eine Kleinigkeit essen.

Die gläsernen Automatiktüren des Supermarkts öffnen sich. Ich gehe rein, greife mir eine Packung Tomaten und das letzte Brot und flitze zu den Kassen. Es ist nur eine besetzt, vor mir stehen noch zwei Kunden mit ihren Einkaufswagen. Ein Mann legt gerade eine Packung Nudeln, Salat, Zigaretten und eine Flasche Mineralwasser aufs Band, die zweite Kundin hat dagegen einen Einkaufswagen, der schier überquillt. Mist! Das wird dauern. Und ich hab es doch eilig!

In dem Moment, in dem ich das denke, dreht sich die Dame vor mir um und lächelt mich an. „Möchten Sie vor? Sie haben doch nur zwei Sachen.“

Solche oder ähnliche Situationen kennt fast jeder. Und warum erinnert man sich so gut an sie? Weil sie einem so selten passieren. Dabei sind es solche kleinen Dinge, die das Zusammenleben auf unserem Planeten besser machen könnten, wenn alle Menschen sie bewusster praktizieren würden. Die kleinen Bedürfnisse des Mitmenschen zu erkennen und auf sie zu reagieren, kostet kaum Zeit, hat

aber große Wirkung. Ein guter Mensch zu sein und anderen zu helfen, sollte nichts sein, das man sich bewusst vornehmen muss. Aber leider ist dem nicht so. Denn im Alltag läuft man permanent Gefahr, sich aus Bequemlichkeit nur mit sich selbst und den eigenen Bedürfnissen zu beschäftigen und die Wünsche der anderen nicht zu erkennen.

Deshalb habe ich mir vorgenommen, immer offen zu sein gegenüber meinen Mitmenschen, und mir selbst zur Regel gemacht: „Tu jeden Tag bewusst etwas Gutes, um diese Welt friedlicher und liebenswerter zu machen.“ Ich spreche nicht von Heldentaten, sondern von den einfachsten, scheinbar normalen Dingen: anhalten, wenn jemand über die Straße will; einer älteren Dame helfen, den Koffer in den Zug zu heben; einen Mitarbeiter aufheitern; jemanden, der anscheinend den Weg nicht kennt, fragen, ob ich ihm behilflich sein kann; oder jemanden einfach nur ansehen und ihm ein Lächeln schenken. Mir geht es darum, dass ich ein Bewusstsein für die Menschen um mich herum entwickle und den Blick für ihre Bedürfnisse schärfe.

Das Schöne daran: Täglich etwas Gutes zu tun, ist kein Opfer. Es kostet nichts, außer ein klein wenig Zeit, und es kommt jedes Mal etwas zurück.

Gerold Wolfarth

se Form der Motivation ist jedoch oft nur von kurzer Dauer. Wer dagegen gelernt hat, sich aus sich selbst heraus zu motivieren, der hält einen Erfolgsschlüssel in der Hand. Mir persönlich hilft es sehr, wenn ich mir ein genaues Bild von dem Ziel mache, das ich erreichen möchte – mit einer Collage. In Zeitschriften und im Internet suche ich mir ansprechende Fotos aus, die mein Ziel illustrieren, und ordne sie zu einer Collage an, indem ich sie auf Tonpapier aufklebe, an eine Korkwand pinne oder in einem Bilderrahmen platziere. Zum Schluss hänge ich sie an einer Stelle auf, wo ich sie ständig vor Augen habe. Jedes Mal, wenn ich die Bilder wahrnehme, bekomme ich einen Motivationsschub und ein positives Gefühl. Das hilft mir, mein Ziel unbeirrt zu verfolgen.

8. Treffen Sie schnelle Entscheidungen

Als Unternehmer habe ich jeden Tag Entscheidungen zu treffen. Je mehr es sind, desto weniger Zeit bleibt mir, meine Arbeit zu machen und auch im Privaten Erfüllung und Entspannung zu finden. Ich muss mir also einen gesunden, effizienten Umgang damit erarbeiten. Meine Erfahrung ist, dass die eigene Intuition um einiges schneller und verlässlicher ist, als viele glauben. Inzwischen nehme ich mir deshalb für jede Entscheidung in der Regel nur eine Minute Zeit und höre dabei auf meinen ersten Impuls. In 99 Prozent der Fälle liege ich damit richtig. Natürlich bleibt ein gewisses Restrisiko, nicht alle Folgen sind von vornherein absehbar. Darum mache ich vor wichtigen Entscheidungen einen Worst-Case-Check: Ich kläre ab, was das Schlimmste wäre, das mir passieren könnte, falls sich meine Entscheidung als falsch erweisen sollte. Könnte ich damit leben oder nicht? Wenn die Antwort „Ja“ lautet, gebe ich Vollgas. Wenn sie aber negativ ausfällt, lasse ich es sein – oder ich überlege mir zumindest, womit ich gerade noch leben könnte.

9. Seien Sie dankbar

Während wir immer wieder auf Ziele hinarbeiten, dürfen wir nicht vergessen, wie gut es uns heute schon geht – sonst schleicht sich eine latente Unzufriedenheit ein. Immer nur auf das zu schießen, was wir noch nicht haben, erzeugt negative Gedanken und Gefühle, man lebt in einem ständigen Mangelzustand. Wenn wir uns dagegen bewusst machen, was wir haben und

dass nichts davon selbstverständlich ist, verbessert das die Lebensqualität um ein Vielfaches. Ich praktiziere seit vielen Jahren eine einfache Methode: Jeden Abend vor dem Zubettgehen lasse ich den Tag Revue passieren und schreibe auf, welche Ereignisse, Erlebnisse oder Tätigkeiten besonders positiv waren und wofür ich dankbar bin. Diese Highlights aufzuschreiben ist, als würde man abends den Schreibtisch aufräumen. Es macht den Kopf frei und führt dazu, dass man mit angenehmen Gedanken zu Bett geht und morgens gut gelaunt aufwacht.

10. Finden Sie Ihren inneren Frieden

Ohne Sport wäre ich heute nicht da, wo ich bin. Sport ist für mich Ausgleich und ein überlebensnotwendiges Ventil, um die Anspannungen, denen ich im Beruf ausgesetzt bin, abzumildern. Wer auf Dauer nicht in der Lage ist, ein solches Gegengewicht zu schaffen, wird krank. Ob Backen, Trompete spielen oder Tanzen – es muss etwas sein, das einen in die Lage versetzt, die Gedanken von den beruflichen Aufgaben und Problemen abzulenken. Sport ist dafür ideal: Denn es ist unmöglich, zu joggen und gedanklich beim nächsten Kundengespräch zu sein. Kurzfristig mag das gelingen, aber nach 300 Metern fliege ich hin oder stolpere. Bin ich dagegen ernsthaft dabei, hilft mir das, abzuschalten und mein Inneres wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

Der wesentliche Faktor ist die Liebe

All meinen Leitlinien liegt ein wesentlicher Faktor zugrunde: die Liebe. Meiner Meinung nach ist sie der Generalschlüssel für ein erfolgreiches, zufriedenes und glückliches Leben. Lieben Sie Ihre Mitarbeiter, lieben Sie Ihre Arbeit, lieben Sie sich selbst, lieben Sie den Ort, an dem Sie leben. Nur wenn Sie das, was Sie tun, aus Liebe tun, ist es ehrlich, authentisch und nachhaltig. Und Sie haben umso mehr Freude daran. ■

Gerold Wolfarth gründete 1999 seine Unternehmensgruppe (bk Group) als „One-Man-Show“ im zukünftigen Kinderzimmer seines Privatwohnhauses. Inzwischen lenkt er ein europaweit agierendes Erfolgsunternehmen mit mehr als 200 Mitarbeitern im fränkischen Endsee – und steht für eine Unternehmensphilosophie, die den Menschen in den Mittelpunkt stellt (www.gewinn-ist-nur-ein-nebenprodukt.de).

Zum Weiterlesen



Gerold Wolfarth: **Gewinn ist nur ein Nebenprodukt. Wie Sie unternehmerischen Erfolg und ein erfülltes Leben in Einklang bringen.** Piper-Verlag München, 2019, 272 Seiten, Hardcover, 20,00 Euro. ISBN 978-3-49205724-0