

# GetTogetherDigital 2.0

Impulsreferate und Erfahrungsaustausch für Familienunternehmen  
und KMU

Teil 7:

Der Familienunternehmer und seine Worklife-Balance:

Dr. Stefan Schneider

# Schwerpunkte im Teil 7 der Webmeeting-Reihe

**Do, 29.7.2021**  
**13.30h-14.15h**



**Der Familienunternehmer  
und seine Worklife-  
Balance:**

Wie gestalte ich das?

Dr. Stefan Schneider  
CONTINUUM AG

1. Work/Life Balance: Wirklich ein Thema für den Unternehmer?
2. Diskussion und Erfahrungsaustausch
3. Martel

# Work/Life Balance

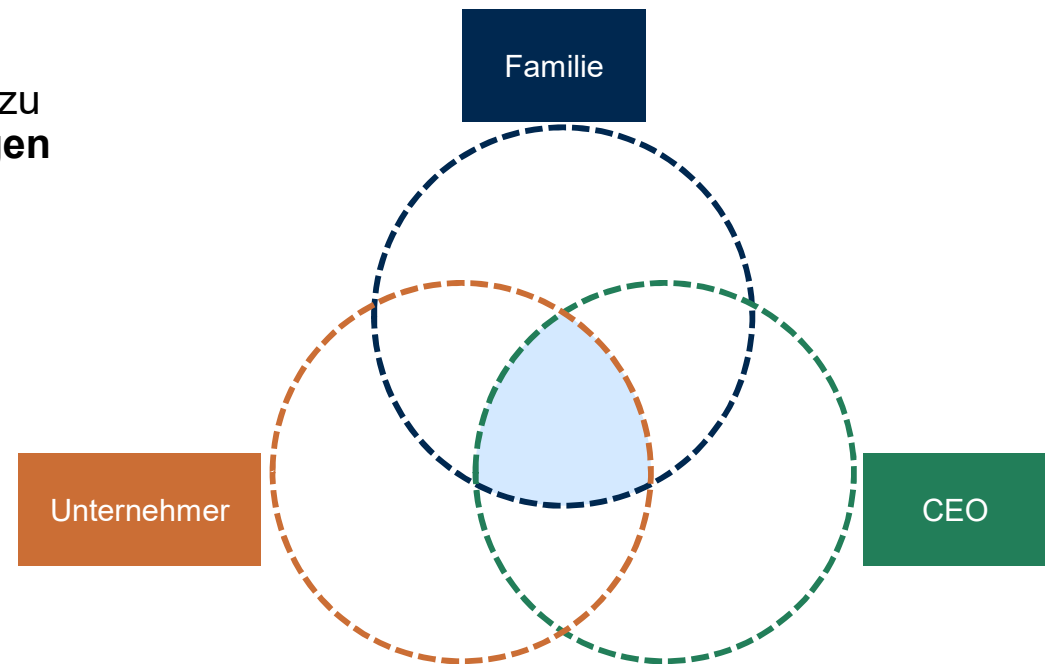
## Wirklich ein Thema für den Unternehmer?

# Work/Life Balance



# Work/Life Balance: Unternehmer

- Scharfe Trennlinie  
Arbeit/Familie/Ich/Vermögen ist nicht immer praktikabel.
- Ziel muss nicht sein, immer die «Waage» zu halten, sondern **ungesunde Entwicklungen** zu erkennen.
- Zeichen:
  - mangelndes Wohlbefinden,
  - Konflikte,
  - Teilnahmslosigkeit,
  - Antriebslosigkeit,
  - Entscheidungen wälzen,
  - Eheprobleme
  - etc.



Work/Life Balance ist ein **Zyklus**, nicht eine erzielte Leistung

## Vier Zeiten (1/3) – Ausgleich suchen

Arbeitszeit

Ruhezeit

Ich-Zeit

Beziehungs-  
/Familienzeit

Ungesunde Inbalance der vier Zeiten ist für den Unternehmer ein Thema, welches anhaltenden negativen Einfluss auf unterschiedliche Bereiche haben kann und deshalb ernst genommen werden sollte.

**Nicht Nacheinander sondern Nebeneinander**

## Vier Zeiten (2/3)

### Arbeitszeit

- Effizienz
- Prioritäten: Eisenhower-Matrix berücksichtigen
- Nice-to-have vs. need-to-have
- Nicht für alles und jeden immer ansprechbar sein

### Ruhezeit

- Ausruhen!
- Kommt am häufigsten zu kurz.
- Wird oft als «nutzlos» empfunden
- Cicero: «Der ist kein freier Mensch, der sich nicht auch einmal dem Nichtstun hingeben kann.»
- **Tätigkeiten sauber abschliessen. Pause nutzen. Überleitung in Ich-/Beziehungszeit**

## Vier Zeiten (3/3)

### Ich-Zeit

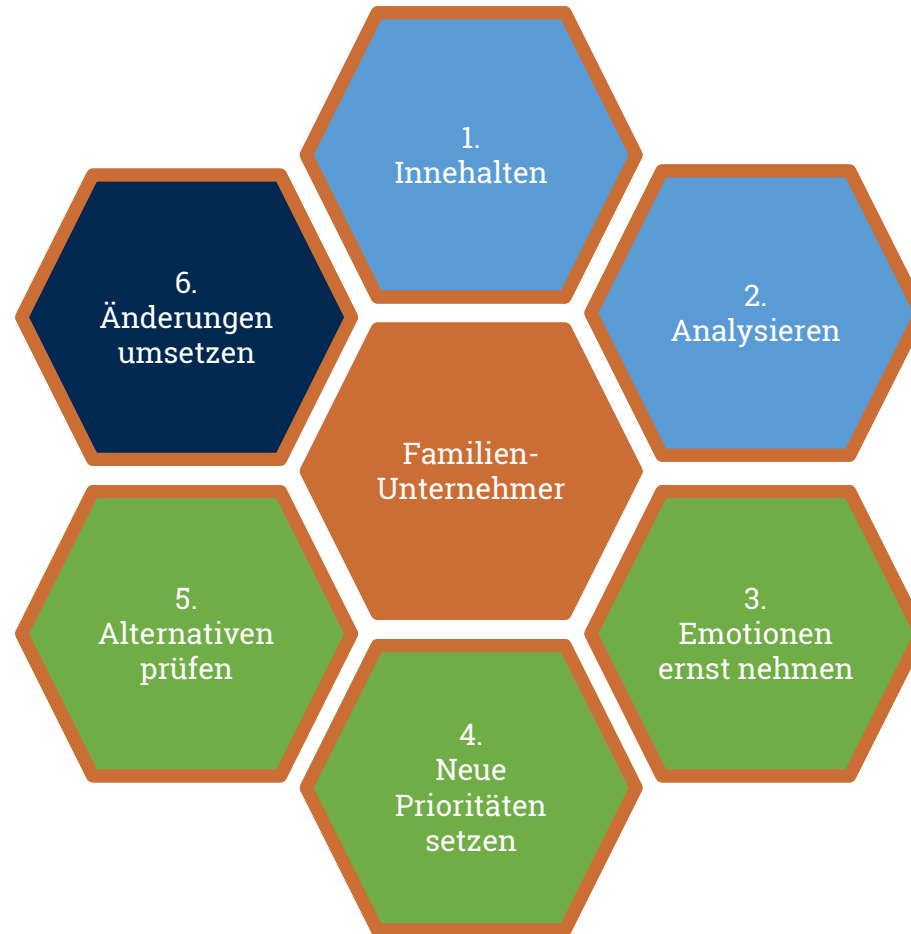
- Wohlbefinden körperlich und geistig
- Persönliche Entwicklung
- Zukunftsszenario/Ziele
- Vorbereitung auf die Zeit nach der beruflichen Tätigkeit

### Beziehungs-/Familienzeit

- Pflege der Beziehung zur Familie und Partner, aber auch Freunde
- Emotionaler Ausgleich aber nicht Ballast abwerfen.
- Stets Zeit schaffen



# Massnahmen-Zyklus um Ausgleich wiederherzustellen



# Diskussion/Erfahrungsaustausch

# Massnahmen-Zyklus um Ausgleich wiederherzustellen



# Martel Weine

# Familienunternehmen Martel

## Familienunternehmen seit fünf Generationen (1876)

### Martel heute:



- Eigenständiges Familienunternehmen mit knapp 50 Mitarbeitenden
- Einkauf weltweit
- Einmaliges und exklusives Sortiment von Charakterwinzer
- **Die Martel-Seele:** magische Weine & weinbegeisteres Team



# Martel



# Webmeeting-Reihe: Programm

Termin	Do, 27.5.2021 13.30h-14.15h	Do, 24.6.2021 13.30h-14.15h	Do, 29.7.2021 13.30h-14.15h	Do, 26.8.2021 13.30h-14.15h
<b>Impulsreferat Fokusthema</b>	 Ich-Strategie für die nächste Generation: Live-Schaltung in das Seminar für Next-Gen	 Die Vererbung in Unternehmerfamilien: Anhand von Beispielen und konkreten Fragestellungen	 Der Familienunternehmer und seine Worklife-Balance: Wie gestalte ich das?	 Leadership in Familienunternehmen: Live-Schaltung in das NextGen-Seminar
<b>Referent(en)</b>	Martin Gasser Gasser Consulting Rolf Brunner CONTINUUM AG	Dr. Roberto Fornito, Partner Bratschi AG	Überraschung	Martin Gasser, Gasser Consulting Rolf Brunner, CONTINUUM AG
<b>Moderation</b>	Dr. Stefan Schneider, CONTINUUM AG	Dr. Stefan Schneider, CONTINUUM AG	Team CONTINUUM AG	Dr. Stefan Schneider, CONTINUUM AG

**Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung an [info@continuum.ch](mailto:info@continuum.ch)**