



Erfolgsmenschen in Zeiten von Corona

Marlies und Helmut Rümke im Gespräch mit Helmut Bauer



„Wenn wir uns selbst wieder vertrauen und unserer eigenen Intuition vertrauen lernen, kommen wir auch mit einer neuen Qualität aus der Krise.“ (Marlies Rümke)

Marlies und Helmut Rümke, Inhaber der Leadership Consulting GmbH und die HWB Gruppe stehen seit vielen Jahren in engem Kontakt zueinander. Durch die Corona-Krise befinden sich Unternehmen in Schleswig-Holstein im Ausnahmezustand. Es stehen Existenzen auf dem Spiel, wodurch ein starkes Stressgefühl und Angst entstehen können. Die Corona-Krise bietet aber auch eine Vielzahl von Chancen, sowohl beruflich als auch im Umgang mit sich selbst. Im folgenden Gespräch möchte Helmut Bauer, Geschäftsführender Gesellschafter der HWB Unternehmerberatung GmbH, von Marlies und Helmut Rümke wissen, wie sie mit der aktuellen Situation umgehen und welche Empfehlungen sie für die Zeit während und nach der Corona-Krise mitgeben möchten:

Helmut Bauer: Schön, dass Ihr Euch Zeit für ein Interview genommen habt. Möchtet Ihr Euch zunächst einmal kurz vorstellen?

Helmut Rümke: Ich bin Helmut Rümke, knapp 60 Jahre alt, studierter Betriebswirt, habe eine Steuerfachgehilfen-Ausbildung gemacht, habe 20 Jahre eine IT-Unternehmung geführt und bin dann Meditationslehrer geworden. Ich bin mit Marlies verheiratet, habe zwei Kinder aus erster Ehe und bin sehr glücklich mit dem, was wir tun dürfen.

Marlies Rümke: Ich bin 60 Jahre alt, habe einen Sohn, zwei bezaubernde Enkeltöchter und mit Helmut zwei weitere Kinder, die er mit eingebracht hat. Ich komme aus dem Finanzbereich. Ich war dort Führungskraft und habe irgendwann gemerkt, dass ich etwas brauche, dass mich unterstützt, da das Wochenende nicht mehr ausgereicht hat, um meine



Kraft-Akkus wieder zu füllen. Aufgrund dessen bin ich mit dem Thema Meditation in Kontakt gekommen und es hat mich so fasziniert, dass ich noch diverse andere Ausbildungen in dem Bereich gemacht habe. Heute unterstützen und beraten wir Führungskräfte und natürlich auch alle anderen, deren Akkus vielleicht leer sind und helfen ihnen diese wieder aufzufüllen.

Helmut Bauer: Wie waren die letzten vier Wochen für Euch?

Helmut Rümke: Wir haben die Zeit sehr gut genutzt. Ende Dezember 2019 haben wir ein Haus in Göldenitz bei Berkentin gekauft, um unsere Arbeit anders und neu einzubringen. Im Februar waren wir im Urlaub und dann ging es auch schon los. Es war für uns eine sehr aufreibende Zeit, wie für alle, die mit dem Thema jetzt leben müssen.

Helmut Bauer: Wie hat sich Euer Alltag in den letzten Wochen durch die Corona-Krise verändert?

Marlies Rümke: Unser Alltag hat sich total verändert. Wir hatten vor der Krise jeden Tag Kundenkontakt, nun sind wir zu zweit und haben nur noch Kontakt zu unserer Familie. Mit unseren Kunden telefonieren wir natürlich. Treffen können wir sie nicht und das ist schon eine große Umstellung.

Helmut Bauer: Ist die Krise spürbar in den Umsätzen? Sind für Euch Aufträge weggebrochen?

Marlies Rümke: Alle Aufträge sind weggebrochen!

Helmut Rümke: Wir hatten sechs Seminare im zweiten Quartal geplant. Alles war ausgebucht. Von diesen Seminaren findet nun keines statt. Wir wissen auch noch nicht, ob es im Sommer oder im Herbst wieder so sein wird. Wir rechnen aktuell eher damit, dass es länger ausfällt.

Helmut Bauer: Viele Seminare habt Ihr in der Vergangenheit nicht nur zuhause gegeben, sondern auch beispielsweise im Kloster auf der Fraueninsel im Chiemsee, was wird aus diesen?

Helmut Rümke: Solche offenen Seminare haben einen maximalen Ansteckungspunkt. Viele Personen kommen aus verschiedenen Regionen, sind 4 Tage miteinander im Kloster und fahren dann wieder nach Hause. Seminare werden daher, vermutlich ähnlich wie der Tourismus, frühestens ab Herbst wieder möglich sein.

Helmut Bauer: Sind Achtsamkeitsübungen im Rahmen von Videokonferenzen überhaupt denkbar?

Helmut Rümke: Wir versuchen dies schon. Wir haben Möglichkeiten geschaffen, Coaching über das Internet zu machen. Es ist möglich, ersetzt aber natürlich nicht den persönlichen Kontakt.

Helmut Bauer: Wir sitzen während des Interviews nun auch mit Abstand in Eurem Garten. Wird sich für Euch durch die aktuelle „sehr sanfte“ Lockerung der Schutzmaßnahmen etwas ändern?



Marlies Rümke: Zu dem Zeitpunkt, als wir das Haus gekauft haben, war dies noch nicht abzusehen. Aber abzusehen war sehr wohl, dass die Nachfrage nach Einzel-Coachings, Coachings mit Freunden oder Paaren zunehmen wird. Ich kann mir daher vorstellen, dass wir dies in einem ersten Schritt viel früher realisieren können als größere Seminargruppen.

Helmut Bauer: Jetzt blicken wir nochmal auf die Zeit vor Corona. Was macht Ihr mit den Menschen, die zu Euch kommen?

Helmut Rümke: Wir sind vor 10 Jahren angetreten, das was wir selbst als positiv erfahren haben, so wie Du auch, beruflich weiterzugeben. Wir haben uns intensiv eingebracht in der Zen-Meditation, in MBSR als Stressreduktion durch Achtsamkeit und auch durch eine Energieausbildung. Hierdurch geben wir unseren Kunden die Möglichkeit eine ganz individuelle Auszeit zu nehmen und Kraft zu schöpfen.

Helmut Bauer: Aktuell findet ein Bruch statt. Die Politik teilt uns dies täglich mit, wir erleben die Veränderung aber auch selbst. Was macht diese Zeit aus Eurer Sicht mit den Führungskräften? Wo sind deren Druckpunkte, bei denen Ihr das Gefühl habt, das geht in die eine oder andere Richtung?

Helmut Rümke: Es lag schon vorher, ich würde sagen seit ca. 2 – 3 Jahren, etwas in der Luft. Das heißt, es war schon eine Verunsicherung spürbar. Die Menschen kamen, um für sich Orientierung zu finden, sei es beruflich oder privat. Was jetzt stattfindet ist ein sehr transformativer Schritt. Das heißt, jetzt ist die Krise da und auch unabwendbar da. Dies bedeutet, dass Menschen viel stärker mit sich selbst in Kontakt kommen. Nach unserer Einschätzung, ist jetzt auch nicht die Zeit zum Handeln. Vielmehr ist aktuell die Zeit, um die Dinge, die passieren, zu beobachten. Sei es bei sich selbst, in der Familie, im engeren oder im beruflichen Umfeld. Vielleicht auch, um jetzt Kraft zu schöpfen und um die Orientierung zu finden für das was nach der Krise kommt.

Helmut Bauer: Sollte aus Eurer Sicht nicht jeder den Shutdown für sich selbst nutzen? Wir als HWB Gruppe empfehlen unseren Mandanten in dieser Phase strategisch zu denken und zu reflektieren. Mit dem Fokus darauf, ob sie die Dinge, die sie in der Vergangenheit gemacht haben, mit dem heutigen Wissen zukünftig genauso machen würden oder nicht.

Helmut Rümke: Das ist natürlich gar nicht so leicht, wenn einem die Grundlagen wegbrechen. Wir wissen bereits aus vergangenen Krisen, die zwar nicht so groß waren, dass die Kraft ausgeht, wenn man eigentlich wieder loslegen will. Das heißt jetzt ist die Kraft und Zeit da Orientierung zu finden. Wenn es dann wieder losgehen soll, gehen vielen die Akkus aus. Hiergegen könnte man jetzt Vorsorge treffen, um dann auch für die nächste Phase wieder richtig fit zu sein und um anders fit zu sein, als man das vielleicht sonst kennt.



Helmut Bauer: Was wird aus Eurer Sicht nach der Corona-Krise besser sein?

Marlies Rümke: Ich glaube, es wird wieder ein neues Miteinander geben. Ich denke, dass Werte, die durch unsere doch sehr Geld gesteuerte Gesellschaft in Vergessenheit geraten sind, wieder anders gewichtet und anders gelebt werden. Ich glaube auch, dass sich das Vertrauen in sich selbst ändern wird. Wenn wir uns selber wieder vertrauen und unserer eigenen Intuition vertrauen lernen, kommen wir auch mit einer neuen Qualität aus der Krise.

Helmut Bauer: Wenn ich dies nun auf die berufliche Ebene beziehe, dann würde mich interessieren, was Deine Hoffnung ist. Wird sich etwas bei den Managern verändern? Wird sich etwas im Umgang der Unternehmen untereinander verändern? Was glaubst Du, Helmut?

Helmut Rümke: Wir haben im vergangenen Jahr viele Menschen in verschiedenen Bereichen beobachten können, die sehr kopflos sind und auch so gehandelt haben. Aus meiner Sicht bedarf es eines Spürsinn für die richtige, angemessene Handlung. Dies ist bei dem kopflosen Handeln ein wenig verloren gegangen. Wobei es eigentlich nicht kopflos heißen sollte, sondern eher körperlos. Das bedeutet, die nicht Anbindung des Kopfes an den Körper ermöglicht einen oder eben keinen Spürsinn. Ein ausgeprägter Spürsinn wird besonders in Unternehmen immer mehr gebraucht. Die Mitarbeiter vermissen diesen aktuell von ihren Führungskräften. Ich denke allerdings, dass der Spürsinn durch die Corona-Krise wiederkommen wird.

Helmut Bauer: Ich glaube schon, dass der ein oder andere mit der Stille oder der Zwangsstille natürlich jetzt erstmal auf des Pudels Kern kommt und sich dann die Frage stellt, was ist eigentlich der Sinn von dem, was ich mache. Seht Ihr Risiken für das was kommt?

Helmut Rümke: Natürlich bestehen bei dem was kommt Risiken, weil das alles unbekannt ist. Wenn allerdings auf die eigene Haltung geachtet wird und nicht ganz so viel auf Methode, dann verbinden sich die Menschen wieder anders. Dies ist eigentlich die größte Chance und das birgt am wenigsten Risiken.

Marlies Rümke: Trotzdem glaube ich, dass es viele Menschen gibt, die sehr viel Angst haben, da sie einfach nicht wissen, was sein wird. Angst macht auch manipulierbar. Ich würde alle Menschen, die das lesen versuchen zu beruhigen und darum bitten sich mit ihren eigenen Ängsten auseinanderzusetzen. Menschen sollten sich auf andere Dinge konzentrieren als auf die täglichen Schreckensnachrichten.

Helmut Bauer: Wie könnt Ihr Menschen helfen, die unter einer besonders großen Angst in dieser Zeit leiden?

Helmut Rümke: Zunächst ist es für jeden Einzelnen wichtig zu wissen, dass Angst eine Sucht ist. Wenn man in dieses Suchtfenster hineinfällt, wird diese immer stärker. Jede Form von Achtsamkeitstraining, von Meditation und von Innehalten ist dazu geeignet, Bewusstsein hierfür zu schaffen. Es ist gut einiges darüber zu wissen. Viele Menschen wissen nicht, welche Funktionen sich in ihrem Körper bieten, um mit diesen Ängsten umzugehen. Die Möglichkeiten, die ein Mensch hat, sind weitgehend unbekannt. Daher ist es gut, sich mit diesen Themen zu



beschäftigen. Diese dann anwendet und mit Erfahrung dann auch merkt, dass man daraus Kraft schöpft .

Helmut Bauer: Welchen Rat würdet Ihr unseren Mandanten auf den Weg geben?

Marlies Rümke: Geht raus in die Natur!

Helmut Rümke: Mein Ratschlag wäre, sich für seinen Körper zu interessieren. Also sich mit den Möglichkeiten vertraut zu machen, die er bietet. Denn wenn die Gedanken einen treiben, dann spielt der Körper eine wichtige Rolle. Dies ist seit ca. 10 Jahren meine größte Bitte an unsere Kunden.