Nachgefragt

Das Beste aus Menschen rausholen

Stephan Bernhard ist Betriebsleiter des Fitness-Studios «Best Trainig»
Quelle: Stephan Bernhard (zVg.)

Stephan Bernhard hat die Schweizer Box-Nati trainiert und erfolgreich Einzelsportler auf Kurs gebracht. Auch seinen heftigen Schicksalsschlag kann er nun als Erfahrung einbringen. Im Interview erzählt er, wie er von Gott unterstützt wird.

Der Berufstrainer Leistungssport coacht nicht nur Sportler auf höchstem Niveau, er betreibt auch Fitnessstudios für Durchschnittsbürger in Grenchen. Durch seine eindrückliche Biografie (Livenet berichtete), in der sein Leben am seidenen Faden hing, bringt Stephan Bernhard viel Lebenserfahrung mit. Als Teil seiner Führungskompetenz dient dies auch seiner Firma.

Einen Betrieb managen, Finanzen im Griff haben, das Personal optimal führen und einsetzen plus den Kunden das optimale Angebot zu bieten, all dies gehört zum

Alltag von Stephan Bernhard. Doch der zweifache Familienvater weiss sich im Ganzen von Gott geführt und mit Weisheit im Alltag ausgestattet. Gegenüber Livenet-Redakteur Roland Streit erzählte der in Bettlach wohnhafte Trainer von Herausforderungen, Gottes Hilfe und was er besonders gern macht.

Du arbeitest selber als Teamleiter und Unternehmenschef. Welche Thematiken und Lösungsansätze beim Personal kommen häufig vor? Und gab es Verschiebungen in den letzten Jahren?
Stephan Bernhard: Das Personal ist für mich die grösste Herausforderung in der Firma und gleichzeitig ist es der wichtigste Punkt, weil wir mit Menschen arbeiten. Unsere Kunden kommen wegen unseren Mitarbeitern. Sie leisten tolle Arbeit und geben viel Herzblut und Einsatz! Für Kunden und Mitarbeiter bin ich sehr dankbar.

Andererseits nimmt die Verbindlichkeit ab: kurzfristige Entschuldigungen, wenn jemand krank ist oder Kündigungen per Sprach- oder Textnachricht sind Beispiele. Der Höhepunkt unserer westlichen jüdisch-christlichen Gesellschaft ist überschritten. Der gesellschaftliche Niedergang (spätrömische Dekadenz) ist überall sichtbar – auch bei uns: Die Menschen sind weich und verwöhnt und besitzen zu viel, so dass sie nicht darum kämpfen müssen, im Leben etwas zu erreichen; die Geringschätzung von handwerklicher Arbeit und der Berufsausbildung im Gegensatz zur akademischen Laufbahn; wir verwalten nur noch unseren Wohlstand, statt dass wir innovativ bleiben. Nichtsdestotrotz gebe ich jeden Tag mein Bestes. Gott soll durch meine Werke geehrt werden.

Gab es ein Schlüsselerlebnis, das dich in die jetzige Berufung geführt hat?
Ich wollte immer vom Sport leben. Als ich mit 20 Jahren einen schweren Unfall hatte, dachte ich, das sei vorbei. Dank Gottes Hilfe konnte ich als Trainer im gleichen Metier bleiben und das tun, was ich am besten kann.

Was machst du denn besonders gut und gern?
Am liebsten helfe ich Menschen, das Beste aus ihren Möglichkeiten zu machen, das Maximum aus sich herauszuholen. Wer motiviert ist, mehr als der Durchschnitt zu leisten, ist bei mir an der richtigen Stelle.

Erzähle uns von einem persönlichen Scheitern; was du daraus gelernt hast und was wir daraus lernen können...
Als junger Nationaltrainer wollte ich beim Schweizerischen Boxverband die ganze Organisation innert kurzer Zeit mit Druck auf die Erfolgsspur bringen. Das funktioniert nicht – gut Ding will Weile haben. Druck erzeugt Gegendruck.

Was rätst du einer jungen Person, die in deinem Bereich arbeiten möchte?
Sie soll sich fragen, was ihre Motive sind, um als Trainer arbeiten zu wollen. Viele denken, dass es nur Vorteile hat. Darum hier einige wichtige Punkte, die auch dazugehören:

- Wir leben von unseren Kunden. Das heisst, wir sind *immer* freundlich zu allen, an guten und an weniger guten Tagen, zu einfachen und zu herausfordernden Menschen.
- Manche wollen uns ihre Probleme erzählen – sie wollen nicht unsere hören. Wir sind zurückhaltend, auch wenn uns etwas auf der Zunge brennt.
- Wir arbeiten, wenn andere Freizeit haben (Morgen früh, Mittag, Abend, Wochenende, Feiertage). Am Nachmittag braucht es in Fitnessstudios wenige Trainer. Das Sozialleben leidet darunter, respektive passt sich an oder man bleibt nicht lange im Beruf.
- Man wird als Trainer nie einen richtig hohen Lohn haben.

Wie erlebst du Gottes Führen oder Eingreifen in deiner Arbeit?
Ich lasse mir von Gott den Weg zeigen, statt mir fixe Ziele vorzunehmen. Anschliessend arbeite ich hartnäckig daran. Ein Beispiel: Wenn ich einen neuen Mitarbeiter brauche, bete ich zu Gott, er soll mir jemand Passendes schicken. Das ist schon mehrfach passiert. Oder wenn ich mein Geschäft vergrössern will, suche ich nicht aktiv nach Möglichkeiten. Gott schenkt mir jeweils zur richtigen Zeit die für mich perfekte Lösung.

Vielen Dank für das Gespräch.

Zur Website:
BEST TRAINING

*Zum Autor: **Roland Streit** liebt Wort-Spielereien und -Schöpfungen. Er sieht es als Privileg beruflich mit Sprache arbeiten zu können. Als Verkäufer hatte er meist persönlich und mündlich gewirkt, später in der Jugendarbeit kam noch mehr Schriftliches dazu. So fand er im Radio die journalistische Kombination und seit rund zehn Jahren bei Livenet die nächste Station (nicht Radio-Station).*

Datum: 23.05.2026
Autor: Roland Streit
Quelle: Livenet

Tags
Sport

Schweiz
Leadership
Christen in der Gesellschaft