

«MUTIG SEIN BEDEUTET NICHT, KEINE ÄNGSTE ZU HABEN»



Angie Wuffli,
Geschäftsinhaberin von
W Real Estate AG in Bern

Ein Lieblingszitat von dir lautet:
«Mutig sein bedeutet nicht, keine Ängste zu haben.» Was bedeutet dir diese Aussage?

Ich denke, Mut zeigt sich gerade in Situationen, in denen wir uns fürchten oder unsicher sind. Mutig zu sein, bedeutet für mich, dass man trotz diesen Ängsten und Unsicherheiten handlungsfähig bleibt und Entscheidungen treffen kann. Es bedeutet, sich Herausforderungen zu stellen und Risiken einzugehen, auch wenn das Ergebnis ungewiss ist. Mutig sein bedeutet auch, Verantwortung zu übernehmen und für seine Überzeugungen einzustehen.

Jeder Mensch hat Ängste. Welches waren oder sind deine – und wie gehst du damit um?

Ängste kommen und gehen. Ich spüre das in Situationen, in denen ich neue Wege beschreite, mich auf ungewohntes Terrain begeben und meine Komfortzone verlasse. Ängste begleiten mich durch unbekannte Prozesse – auch, wenn ich bewusst entschieden habe, diesen Weg zu gehen. Ich habe gelernt, dass Ängste oftmals irrational sind und uns lediglich schützen wollen. Und frage mich dann jeweils: Was ist das Schlimmste, das mir dabei passieren könnte? Wenn ich diese Frage objektiv beantworte, relativiert es die Situation gleich. Dieses Gefühl aber auch zu verinnerlichen, braucht oft mehrere Anläufe. Hin und wieder spreche ich mit auserwählten Menschen über meine Ängste und Sorgen, um so einen Perspektivenwechsel zu bekommen. Dann stelle ich fest: Gefühle von Unsicherheit und Angst haben wir alle, und alle erleben sie individuell. Deshalb dünkt es mich sehr wertvoll und wichtig, unsere Ängste nicht zu unterdrücken. Sondern ihnen die nötige Aufmerksamkeit zu geben, ihre Berechtigung zu hinterfragen, um sie dann auch wieder loslassen zu können.

Wenn man mutig ist, kann man scheitern. Was tust du bei Niederlagen und Rückschlägen?

Mut ist für mich eine starke Kraft, die uns hilft, Risiken einzugehen und unser volles Potenzial zu entfalten. Mut bestärkt uns, damit wir unsere Visionen nicht bloss denken, sondern auch um-

setzen. Wenn wir mutig sind, verlassen wir immer unsere Komfortzone und sind bereit, Niederlagen einzugehen. Wir bekommen so aber auch die Chance, neue Erfahrungen zu machen, daran zu wachsen und das Vertrauen in uns zu stärken.

«Mut ist eine starke Kraft, die uns hilft, Risiken einzugehen und unser volles Potenzial zu entfalten»

Meistens sind es nicht die Entscheidungen, die mutig sind und uns prägen, sondern die Konsequenzen, die wir daraus tragen. Also der Weg, den wir gehen, nachdem wir eine Entscheidung getroffen haben. Dranzubleiben – auch dann, wenn Ängste und Zweifel auftauchen oder wir einen Kurswechsel einschlagen müssen.

