

# erfolgreichsein

## Newsletter Dezember 2018 von BusinessCoaching-Netz

**Liebe Leserinnen,**

herzlich willkommen zur neuen Ausgabe unseres Newsletters. Wenn er Ihnen gefällt, freuen wir uns über eine Weiterempfehlung an Kolleginnen und Freundinnen.

In dieser Ausgabe geht es um das Thema "Selbständigkeit". Der Newsletter allerdings fällt im Vergleich mit den bisherigen Ausgaben etwas aus der Reihe.

„Wie bist du überhaupt selbständig geworden?“ Diese Frage stand bei unserem letzten Netzwerktreffen im Mai am Bodensee im Raum. Wir merkten schnell, dass wir in diesem Punkt wenig voneinander wussten, da bisher immer fachliche Themen und gegenseitige Weiterbildung auf der Tagesordnung gestanden hatten. So beschlossen wir, dass jede von uns einige Fragen zu ihrer Motivation, den Hürden und Hilfen auf ihrem Weg schriftlich beantworten sollte. Die Zusammenfassung der Texte finden Sie nun in diesem Newsletter. Denn wir denken, dass auch Sie daran interessiert sind. Zum einen werden Sie uns als Personen ein bisschen näher kennenlernen, zum anderen können unsere Erfahrung und Tipps hilfreich sein, wenn Sie gerade vor der Entscheidung stehen, sich selbständig zu machen.

Über die **Links zu den Websites der Coachs** können Sie gerne Kontakt aufnehmen, wenn Sie bei einer Problemlösung, einer schwierigen Situation oder einem neuen Projekt Begleitung suchen. Wir freuen uns auf Sie.

Weitere Gliederungspunkte:

- \* Termine im Netzwerk
- \* Impressum

**Regina Boiting**  
**[www.profil-coaching.de](http://www.profil-coaching.de)**

### ***Was war meine Motivation?***

Die Inhalte meiner Arbeit selbst bestimmen und entwickeln zu können - Meine Tätigkeit als Beratungs-dozentin bei einem Bildungsinstitut bot mir nur begrenzte Möglichkeiten, die Themen, die mich vorrangig interessierten, auszubauen. Es entwickelte sich in mir ein immer stärkerer Drang, ohne Vorgaben und Beschränkungen zu arbeiten und „mein eigenes Ding“ auf den Markt zu bringen.

Meine Zeit zum Arbeiten und Leben selbst passender für mich gestalten zu können – Meine beiden Söhne waren zu dem Zeitpunkt 2 + 9 Jahre alt. Die Betreuungsmöglichkeiten waren noch nicht so entwickelt wie heute und die Kosten für Tagesmütter, Hort und Babysitter verschlangen einen großen Teil meines Gehalts. Das wollte ich ändern.

Mir wurde bewusst, dass ich sehr eigenmotiviert bin und mich gut selbst organisieren kann – das wollte ich nun stärker leben. Für das Bildungsinstitut war ich inzwischen auch in der Akquise und Pressearbeit tätig, und es machte mir zunehmend Spaß, diese Erfahrungen auch für meine eigenen Seminar- und Beratungsangebote zu nutzen.

### ***Was war schwierig?***

Mit der Solo-Selbstständigkeit begann eine etwa 3 jährige Aufbauphase, in der ich lernen musste, den schwankenden Konjunkturen mit verschiedenen inhaltlichen Standbeinen und dem Ausbau von Netzwerken zu begegnen. Auch die steuerliche und finanzwirtschaftliche Rücklagenbildung wollte gelernt werden ;)

### ***Was hat mir geholfen?***

Eine Anlaufphase mit einer Parallelstrategie von 1 Jahr – Ich reduzierte meine Festanstellung auf Teilzeit und konnte so abgesichert mein selbstständiges Standbein entwickeln. Ich baute meine eigenen Seminar- und Coaching-Schwerpunkte aus (Beruf – Biografie – Persönlichkeit).

Stärkendes Feedback durch Gruppe und Ausbilder – Nach dem Soziologiestudium hatte ich eine 3-jährige Zusatzausbildung in Therapie und Beratung begonnen. Coaching war gerade als neuer Ausbildungsinhalt aufgenommen worden. Hier hatte ich methodische Ausbildung und positive Rückmeldungen erhalten, die den entscheidenden Push für mein Selbstvertrauen gaben: "*Mach Dich als Coach selbstständig – das passt genau zu Dir!*"

***Der Aufbau von Netzwerken*** – Ich habe langjährig in freien Trainerteams gearbeitet und diese später auch mit ausgebildet – habe mich gern in Coaching-Netzwerken engagiert – Beziehungen zur Presse gepflegt - benachbarte Professionen wie Ärzte, Therapeuten, Heilpraktiker u.ä. als Multiplikatoren aktiviert - und immer viel Wert auf den Aufbau langfristiger und persönlicher Kundenbeziehungen gelegt.

\*\*\*\*\*

**Sabine Falk**  
**[www.sabinefalk.de](http://www.sabinefalk.de)**

### ***Was war meine Motivation?***

Für mich selbst zu sorgen; etwas zu tun, was ich auch politisch für relevant hielt (und halte); etwas zu tun, was meiner Begabung entsprach; meinen eigenen Ideen folgen zu können.

### ***Was hat mir geholfen?***

In gewisser Weise meine Naivität. Ich habe einfach gemacht. Habe mich wenig um Risiken und Nebenwirkungen gekümmert. Die Gewissheit, dass ich meinem Herzen folge. Dass ich zu Beginn meiner Berufstätigkeit mit recht wenig Geld auskam. Dass ich von Anfang an gespürt habe, dass das, was ich tue gebraucht (und auch eingekauft) wird. Die hilfreichen Empfehlungen, von denen, die meine Arbeit kennengelernt haben. Meine Bereitschaft zu reisen. Meine Bereitschaft; lange unterwegs zu sein. Meine Bereitschaft; mich auf

unterschiedlichste Menschen und Systeme einzulassen. Mein Mut. Mein Engagement. Meine Neugier auf mein Thema.

### ***Was war schwierig?***

Ich war häufig auf mich allein gestellt, was Fluch und Segen zugleich war. Segen, weil ich meine eigenen Ideen verfolgen konnte. Fluch, weil ich so manches Rad neu erfunden habe. Dass Freundschaften zerbrachen, weil uns niemand beigebracht hatte, wie es gehen kann, als Freundinnen einen Wirtschaftsbetrieb zu führen.

Manchmal der Gedanke, dass ich das, was ich tat, nie „richtig“ gelernt hatte. Ich war keine Psychologin, keine Lehrerin, es gab noch kein Studium zur Erwachsenenbildung, kein „Train the Trainer!“ Alles selbstgestrickt! Aber auch das war ein Teil meines Erfolgs. Erst später wurde mir deutlich, wie vergleichbar viel leichter es meine Kolleginnen in den großen Unternehmen hatten: ihre Netzwerke, ihre Fortbildungschancen, ihre Urlaubsvertretungen... aber da war ich schon lange nicht mehr bereit, meine Selbstständigkeit gegen eine feste Anstellung einzutauschen.

\*\*\*\*\*

**Ursula Kraemer**  
**[www.navigo-coaching.de](http://www.navigo-coaching.de)**

### ***Was war meine Motivation?***

Drei Faktoren führten zu meinem Entschluss, mich selbständig zu machen: Das Ende meiner universitären Lehr- und Forschungstätigkeit als Sozialwissenschaftlerin, (die Forschungsmittel waren gestrichen worden und die Bewilligung der zugesagten Festanstellung blieb aus), die Geburt unseres erstes Kindes, dem noch zwei weitere folgten, und ein Umzug von Hamburg an den Bodensee. Ein Neustart war notwendig. Die Selbständigkeit erschien mir als der einzig gangbare Weg, Familie und Beruf verbinden zu können. Ich wollte keine fix definierten Arbeitszeiten haben und auch keinen Chef, der mir Schwierigkeiten macht, wenn ein Kind krank ist. Der Wille und das Ziel, finanziell immer für mich sorgen zu können und die Möglichkeit zu haben, Ideen und Projekte schnell umsetzen zu können, waren weitere Gründe für diesen Schritt.

### ***Was war schwierig?***

In einer Zeit, in der es noch kein Internet gab und das Thema Coaching so gut wie unbekannt war in den Führungsetagen, bedeutete es einen hohen Arbeitsaufwand, die richtigen Gesprächspartner ausfindig zu machen und sie vom Nutzen meines Angebots zu überzeugen. Die Selbständigkeit mit der Zuständigkeit für drei Kinder und der Mitarbeit in der Praxis meines Mannes zu verbinden, brachte mich oft an meine Grenzen. Zumal die Kindergartenöffnungszeiten und auch der schulische Stundenplan auf die Berufstätigkeit von Müttern keine Rücksicht nahmen. Nach der Scheidung lastete die auch alleinige finanzielle Verantwortung für die Kinder auf mir, was den Druck noch erhöhte. Heute bin ich stolz darauf, alles geschafft zu haben.

### ***Was hat mir geholfen?***

Zuerst bemühte ich mich als Trainerin um Aufträge im regionalen Umfeld, meist auch halbtags, da sie es mir ermöglichten, zum Mittagessen und zur Hausaufgabenbetreuung zu Hause zu sein. Erst als die Kinder größer waren, konnte ich auch bundesweit unterwegs sein. Die Ausbildung zum Coach erweiterte mein Arbeitsfeld, die Arbeit mit einzelnen Personen oder Gruppen empfand ich als sehr befriedigend. Als ich genug verdiente, leistete ich mir eine Haushaltshilfe, was eine große Entlastung bedeutete. Geholfen haben mir auch zahlreiche Netzwerkpartner regionaler Weiterbildungseinrichtungen, die Türen öffneten und

mir so zu Aufträgen in großen Unternehmen verhalfen. Geholfen haben mir allerdings auch mein Durchhaltevermögen, meine Selbstdisziplin, meine Kreativität, neue Formate zu entwickeln und zu verkaufen und ein Gespür dafür, was meine Kunden aktuell brauchen.

***Was ist mein persönlicher Tipp für Frauen, die sich selbständig machen?***

Mein Tipp ist, sich zu ganz klar zu positionieren und dies deutlich zu kommunizieren. Die mediale Welt bietet heute so viele Möglichkeiten, sichtbar zu sein und so die richtige Kunden zu erreichen. Deshalb ist das Wissen, wie das funktioniert, unumgänglich. Zu lernen, dass Kunden nicht Stunden bezahlen, sondern dass sie das angestrebte und erreichte Ergebnis, die Transformation, honorieren. Mit dieser Haltung fällt es sehr viel leichter, den eigenen Preis zu verhandeln. Skalierbare Produkte, wie z.B. Webinare und kostenpflichtigen Downloads mit ins Portfolio nehmen und sich so eine zusätzliche Einnahmequelle schaffen.

\*\*\*\*\*

**Sandra Kühnle**  
**[www.wandel-institut.de](http://www.wandel-institut.de)**

***Was war meine Motivation?***

Meine berufliche Entwicklung hatte schon immer eine große Bedeutung in meinem Leben, dementsprechend war mir Selbstverwirklichung in diesem Feld sehr wichtig. Nach einer zehnjährigen Angestelltenlaufbahn war klar, dass ich einen anderen Weg gehen wollte. Das Studium und diverse Jobs brachten mich Schritt für Schritt in eine autonome Gestaltung meines Berufsweges, der schließlich in der Selbständigkeit mündete. Die stärksten Motive waren Zeitautonomie und die Möglichkeit, selbst gestalten zu können, aber auch die verbreitete Unzufriedenheit mit den üblichen Arbeitsstrukturen, so dass ich die Gestaltung innovativer Arbeits- und Organisationsmodelle auf der Basis von Selbstbestimmung und Selbstführung sowohl inhaltlich als Coach und Beraterin zu meinem Thema machte, als auch dies bewusst leben wollte.

***Was war schwierig?***

Rückblickend betrachtet war der Weg lang, nicht selten arbeitsreich und oft unbequem. Die Fähigkeit, als Unternehmerin zu denken, brauchte Zeit, Erfahrung und Einsatz. Darüber hinaus war es eine Herausforderung, mit Phasen der Angst und finanziellen Unsicherheit umzugehen, sie als etwas ganz Normales anzuerkennen und immer wieder ins Vertrauen zu gehen.

***Was hat geholfen?***

Meine Berufserfahrung als Kauffrau und Angestellte erwies sich als großer Schatz, der sich insbesondere für die Unternehmensführung auszahlte. Wichtig war die intensive Auseinandersetzung damit, was es bedeutet, Unternehmerin zu sein. Es erfordert Mut, Investitionsbereitschaft, Weiterentwicklung und den Willen sowie die Fähigkeit, Verantwortung zu übernehmen und Entscheidungen zu treffen. Eine klare Vision und die Inspiration daraus sorgen für Orientierung und Durchhaltevermögen, insbesondere wenn es grade mal nicht so gut läuft. Schließlich erlebe ich es als sehr hilfreich, ein stabiles Netzwerk von Gleichgesinnten zu haben, mit denen man sich austauschen, lernen und gemeinsam wachsen kann.

\*\*\*\*\*

**Isabel Nitzsche**  
[www.printtv.de](http://www.printtv.de)

***Was war meine Motivation?***

Eine berufliche Aufgabe, die spannend ist, mich herausfordert und bei der ich mich immer wieder mit Neuem beschäftigen kann, ist für mich wichtig. Diese Motivation hatte mich zunächst bis in eine Position als Führungskraft im Journalismus geführt. Als dieser Job beendet war, reizte es mich, mich selbstständig zu machen, um eine Plattform zu haben, auf der ich alles Mögliche, was mich interessierte, veranstalten konnte. Heute, zwanzig Jahre, sieben Bücher und Hunderte von Vorträgen und Workshops weiter, kann ich sagen, dass mich diese Motivation gut getragen hat.

***Was war schwierig?***

Trotzdem war manches nicht ganz einfach. Am Anfang war es schwierig, ein großes Arbeitspensum zu bewältigen, viele Aufträge gleichzeitig zu bearbeiten und keinen davon aus dem Blick zu verlieren. Und dabei auch die Stapel nicht abgelegter Unterlagen im Büro nicht zu hoch werden zu lassen. So hatte ich in den ersten Jahren öfter das Gefühl, gar nicht mehr zu wissen, was ich zuerst erledigen sollte. Umgekehrt war es zwischendurch dann manchmal nicht ganz einfach, die etwas ruhigeren Phasen als Chance für mehr private Aktivitäten zu sehen.

***Was hat mir geholfen?***

Natürlich Routine. Mit der Zeit fällt es leichter, einen kontinuierlichen Rhythmus einzuhalten und manche Dinge nicht zu lange liegen zu lassen. Außerdem war es für mich von Anfang an sehr hilfreich, viel Austausch mit Kollegen und Kolleginnen zu haben, mit denen ich alle möglichen fachlichen, organisatorischen oder auch persönlichen Fragen besprechen konnte. Dieses Netzwerk ist bis heute eine wichtige Basis für mich.

***Was ist mein persönlicher Tipp für Frauen, die sich selbstständig machen?***

Sich am Anfang zu überlegen, was das eigene Profil ausmacht. Es ist für das eigene Selbstbewusstsein wichtig, für etwas Bestimmtes zu stehen und für potenzielle Kunden ist es so einfacher, einen zu finden und zu beauftragen. Und dann gilt es, nicht zu perfekt sein wollen, sondern einfach mal zu starten und zu machen - das Business entwickelt sich dann sowieso weiter oder häufig auch noch einmal in eine andere Richtung, die man anfangs gar nicht absehen kann. Ich empfehle, offen zu sein, aber jeweils zu entscheiden, ob ein angebotener Auftrag tatsächlich zum eigenen Profil passt oder ob man dafür lieber an jemanden aus seinem Netzwerk verweist.

\*\*\*\*\*

**Christine Scharlau**  
[www.christine-scharlau.de](http://www.christine-scharlau.de)

***Was war meine Motivation?***

Es war zu großen Teilen der Klassiker, der mich zur freiberuflichen Selbständigkeit brachte: die berufliche mit der familiären Tätigkeit flexibel vereinbaren zu können. Im Rückblick auf über 25 Jahren schätze ich das hoch: Art und Umfang des eigenen Tuns eigenverantwortlich regulieren zu können, unabhängig zu sein, was Rahmen und Inhalt angeht und damit die eigene Wirksamkeit und Zufriedenheit selbst steuern zu können.

***Was war schwierig?***

Diese Freiheit hat ihren Preis. Als erstes habe ich beim Selbständig-werden gelernt, welchen

großen Vorteil Organisationen bieten: an regelmäßigem Geldzufluss, Back-office, Informationsfluss, Wissen, Vernetzung, Fortbildung, Kollegialität. Diesen Rahmen muss ich mir als Selbständige selbst schaffen, all' das muss selber gefunden, entschieden, gestaltet und ausprobiert werden. Mehrfach brauchte es dazu eine neue Ausrichtung, neue Kundengruppen, neue Angebote, nötig waren ständiges Lernen, Kraft und Beharrlichkeit.

### ***Was hat mir geholfen?***

Als Soziologin hatte ich gelernt, forschend auf die Welt zu blicken und Strukturen zu erkennen. Meine Weiterbildungen in Psychotherapie und Supervision waren Schritte für ein seriöses freiberufliches Angebot, das mich von einer Festanstellung unabhängig machte. Familiär waren die Flexibilität des Familienvaters und weitere inner- und außerfamiliäre „Helfer am Nest“ unabdingbar.

Beruflich geholfen hat mir, dass ich von Anfang an unterstützende kollegiale Verbindungen initiiert hatte, ich sorgte für regelmäßigen Austausch mit Kolleginnen, mit denen ich Wissen teile, Schwierigkeiten bespreche, Empfehlungen austausche. Geholfen hat auch, mir immer wieder klar zu machen, was meine Motivation im breitgefächerten Beratungsgeschäft ist: Mit Herz und Verstand Wissen in Wirkung umzuwandeln, Menschen und Organisationen dabei behilflich zu sein, ihre Stärken zu leben, herauszufinden, was für sie die Arbeit leichter macht und dabei auf fundiertes Wissen zu bauen.

### ***Mein Tipp für Frauen, die sich selbstständig machen:***

Finden und pflegen Sie gute kollegiale Verbindungen! Investieren Sie Zeit und Initiative in gegenseitige Hilfe, Kontrolle und Inspiration. Mir war es hilfreich, diese Zeit als Arbeitszeit zu definieren.

## **Neue Veranstaltungen im Netzwerk**

### **Spielregel-WS auf Englisch**

Seminar: "Get Set for Success: How women position themselves to get their point across"  
Friday, 25th of January, 2019, 2.00 p.m. - 7.00 p.m.  
MVHS Einsteinstraße 28, 81675 Munich

### [Kommunikation als Begegnung erfahren](#)

9.2.2019, 10:30h - 18:00h, Heilhaus Kassel

### **Gruppenstarts**

**Friedrichshafen** 17.01.19

**München** 29.01.19

**Kassel** 12.2.2019

### **Mein Weg in die Selbständigkeit**

Von der Idee zum profitablen lokalen Business  
Ein Online-Coachingprogramm für Frauen in der Lebensmittelbranche  
Für nähere Informationen und Eintrag in die Warteliste  
bitte eine Mail an [uk@navigo-coaching.de](mailto:uk@navigo-coaching.de)

### **Impressum**

Dieser Newsletter ist ein kostenfreier Service von [www.businesscoaching-netz.de](http://www.businesscoaching-netz.de), einem Zusammenschluss professioneller Coaches, die u.a. an ihren jeweiligen Standorten Einzel- und Gruppencoachings für Frauen anbieten.

Redaktion:

Ursula Kraemer M.A., [www.navigo-coaching.de](http://www.navigo-coaching.de)

Christine Scharlau, [www.christine-scharlau.de](http://www.christine-scharlau.de)

(c) Ursula Kraemer M.A.

Schienerbergweg 11

88048 Friedrichshafen

verantwortlich im Sinne des Presserechts

zu erreichen unter [uk@navigo-coaching.de](mailto:uk@navigo-coaching.de)

Den Newsletter abbestellen oder Ihre Adresse ummelden können Sie auf der Startseite von [www.businesscoaching-netz.de](http://www.businesscoaching-netz.de) Alle Rechte vorbehalten. Jede Art des Abdrucks oder der Veröffentlichung nur mit ausdrücklicher Genehmigung.