

Frauen sind auf dem Vormarsch: raus aus der Komfortzone, rein ins Business

DANKE FÜR DEN KARRIERE-KICK!

EIN NEUER JOB,
EIN EIGENES
UNTERNEHMEN,
MUT ZUR
EXPANSION –
VIER FRAUEN
ERZÄHLEN, WIE
COSMO IHR
BERUFSLEBEN
BEFLÜGELTE

Von Svenja Lassen

Seit 30 Jahren hilft Cosmopolitan ihren Leserinnen dabei, den Traumjob zu finden oder im Beruf neu durchzustarten. Mit Coaching-Programmen, Seminaren für Gründerinnen und Expertenratschlägen – vor allem aber mit großem Erfolg, wie diese vier Frauen und ihre Karrieren zeigen:



Sabine Heijman, 35, besuchte unser Gründerinnen-Seminar und machte sich mit einem innovativen Gesundheitsstudio selbstständig:

Rückblickend ist mir völlig klar, dass tief in mir schon immer eine Unternehmerin steckte. Was mir fehlte, war der richtige Anstoß, um mein Potenzial zu entdecken und professionell auszuschöpfen. Zwar tauchte der Gedanke, mich selbstständig zu machen, schon früh auf, ging aber immer wieder unter, weil ich mich ganz auf meine Laufbahn als Kommunikationsberaterin konzentrierte, ohne innezuhalten und zu hinterfragen, was ich wirklich will. Dabei ist es das Wichtigste, den eigenen Interessen zu folgen und beruflich das umzusetzen, was zu einem passt, wenn man Erfolg haben will. Das wurde mir zum ersten Mal in den Cosmo-Gründerinnen-Workshops bewusst. Dort lernte ich, auf mein Bauchgefühl zu vertrauen. Meine Leidenschaften heißen Sport, Gesundheit und Coaching. Ich war früher selbst Leistungsschwimmerin und Trainerin. Später habe ich als Ausgleich zu meinem anstrengenden Job Aerobic-Stunden gegeben. So entstand die Idee, mein eigenes Gesundheitszentrum zu starten.

„DURCH DIE WORKSHOPS WURDE MIR ERST BEWUSST, WAS ICH KANN UND WILL“

Sabine Heijman

Meine Mutter hatte in Holland bailine getestet – ein Konzept zur Steigerung des Wohlbefindens und der Figurformung. Sie hatte dadurch endlich ein neues positives Körpergefühl gefunden und mich neugierig gemacht. Ich nahm Kontakt zu den Gründern der bailine-Studios in Norwegen auf und ließ mir das Prinzip erklären: bailine-Therapeuten erarbeiten für jeden Kunden ein individuelles Programm, das bessere Ernährung, mehr Bewegung und die Therapie mit elektronischer Muskelstimulanz umfasst (www.bailine.de). Mich begeisterte dieser ganzheitliche Ansatz sofort. Und da er hierzulande noch recht unbekannt ist, nahm ich mir vor, das zu ändern. Das wirtschaftliche Know-how lernte ich in den Gründerinnen-Workshops: einen Businessplan schreiben, die bürokratischen Hürden bewältigen und mir realistische Ziele setzen.

Als ich in der Januar-Ausgabe der Cosmo den Aufruf zu diesen Workshops las, wusste ich sofort: Das ist meine Chance! – Und so war es. Der intensive Austausch mit den Experten und den anderen Teilnehmerinnen hat mich inspiriert und mir das nötige unternehmerische Selbstbewusstsein geschenkt. Top vorbereitet verhandelte ich mit Banken, suchte optimale Räumlichkeiten und habe jetzt – ein halbes Jahr nach den Workshops – mein eigenes bailine-Studio in München eröffnet. Mein Ziel: vielen Frauen zu Wohlbefinden und Lebensqualität zu verhelfen.



Susanne Berner, 34, eröffnete nach der Teilnahme an der ersten Cosmopolitan Business Academy 2007 drei neue Büros ihrer Kanzlei:

Noch vor vier Jahren saß ich allein am Wohnzimmertisch und brütete über den Akten für meine ersten eigenen Insolvenzverfahren. Heute habe ich 27 Mitarbeiterinnen und gehöre zu den drei Top-Insolvenzverwaltern mit den meisten

„DAS COACHING KAM FÜR MICH GENAU ZUR RICHTIGEN ZEIT. DORT HABE ICH GELERNT, WIE MAN ZU EINER GUTEN FÜHRUNGSKRAFT WIRD.“

Susanne Berner

Verfahren in ganz Deutschland. Ein wichtiger Grund für meinen Erfolg: perfektes Timing. Denn kurz nachdem ich mich im Frühling 2006 selbstständig gemacht hatte, nahm das größte Insolvenzgericht Deutschlands zum ersten Mal seit vielen Jahren wieder neue Verwalter auf. Ich bewarb mich und stand bald auf der alles entscheidenden Liste der Leute, die von diesem Gericht mit neuen Verfahren beauftragt werden. Damals gab es in ganz Deutschland vermutlich keinen jüngeren Insolvenzverwalter als mich.

2007 nahm ich dann an der ersten Cosmopolitan Business Academy (CBA) teil. Das Programm war wie für mich gemacht: Ich lernte, meine Zeit zu managen, mir Ziele zu stecken, Aufgaben zu delegieren und Mitarbeiter zu führen. Wissen, das ich bald dringend brauchte. Denn in der CBA entwickelte ich die Vision zum Wachstum meiner Kanzlei, die ich dann viel schneller als gedacht umsetzen konnte. Ich hatte mir eine Dependence in Hamburg gewünscht und habe diese nur ein Jahr nach der CBA auch eröffnet. Bald schaffte ich die Arbeit nicht mehr allein und stellte nach und nach Anwältinnen, Sachbearbeiterinnen, Sekretärinnen und Auszubildende ein. Mittlerweile ist meine Kanzlei an vier deutschen Standorten vertreten: Berlin, Halle, Leipzig und Hamburg. Das Besondere: Ich beschäftige derzeit ausschließlich Frauen. Am Anfang war das eher Zufall, inzwischen ist es zu meinem Markenzeichen geworden. Ich schätze die Power von

Frauen. Sie sind oft kommunikativer und empathischer als Männer. Das schafft Vertrauen bei Geschäftspartnern und sorgt für eine gute Arbeitsstimmung in unseren Büros.

Was man als junge Frau alles bewegen kann, habe ich den Platzhirschen der Branche obendrein gezeigt. Weil ich im Berufsverband VID (Verband der Insolvenzverwalter Deutschlands), dessen Mitglieder mindestens fünf Jahre lang Unternehmensverfahren betreut haben müssen, noch nicht Mitglied werden konnte, gründete ich kurzerhand meine eigene Interessenvertretung: den Verband Junger Insolvenzverwalter (VJI). Der hat inzwischen über 150 feste Mitglieder und bereitet sich gerade auf seine dritte Jahrestagung im Herbst vor.

Aber auch zu anderen Branchen pflege ich heute intensive Kontakte und habe mir dank der Cosmopolitan ein großes Netzwerk starker Frauen aufgebaut, das bis heute wunderbar funktioniert.



Andrea Wrba, 49, fand in der Top-Job-Börse in Cosmopolitan 1997 eine neue Aufgabe und machte dann in der Hotellerie Karriere:

Ich wäre nie auf die Idee gekommen, mir über eine Frauenzeitschrift einen Job zu suchen, bis mich eine Freundin 1997 auf die Aktion der Top-Job-Börse in der Cosmopolitan aufmerksam machte. Ich suchte damals eine neue Herausforderung im Hotelgewerbe.

Das dort ausgeschriebene Angebot aus dem Food-Bereich interessierte mich eigentlich gar nicht, weil ich mich auf den Verkauf spezialisiert hatte. Trotzdem meldete ich mich bei dem Headhunter – und der wollte mich wegen meiner großen Erfahrung kennenlernen. Nach einem zweistündigen Interview bekam ich ein tolles Angebot als Verkaufsdirektorin. Diesmal musste ich nicht lange überlegen, um zuzusagen. Damals war ich fast 36 und es war mein Ziel, mit 40 ein eigenes Hotel zu führen. Das habe ich erreicht. Heute bin ich General Manager im „Intercontinental“ in Jericho und in unserer Hotelgruppe die einzige Frau in dieser Position im Mittleren Osten. Eine außergewöhnliche Erfahrung, denn ich arbeite nur mit Männern, die es nicht gewohnt sind, sich von Frauen etwas sagen zu lassen. Das bedeutet für mich, dass ich viel vorsichtiger und diplomatischer als etwa in Europa vorgehen muss. Aber der Reiz, ein 5-Sterne-Haus zu führen, ist riesig, noch dazu in dieser ungeheuer spannenden Region. Wer es hier schafft, schafft es überall. Wann immer ich frei habe, reise ich und schaue mir das Land an. Sei es die Stadt Jerusalem, die Ruinen von Petra in Jordanien oder auch Bethlehem, wo ich letztes Jahr zu Weihnachten war. Es gibt viele Menschen, die all das nie sehen werden. Ich bin dankbar für einen Job, der mir so tolle Eindrücke ermöglicht. Trotzdem möchte ich bald zurück nach Europa. Ich habe meine Wohnung in Berlin nie aufgegeben. Dort steht übrigens die Cosmo-Ausgabe von 1997 noch immer im Regal. ➤



Zeigen Sie ruhig, dass Sie Erfolg haben – Männer tun das immer und überall

„ICH WÜNSCHTE MIR, EIN EIGENES HOTEL ZU LEITEN – HEUTE BIN ICH DER EINZIGE WEIBLICHE GENERAL MANAGER IM MITTLEREN OSTEN.“

Andrea Wrba

FRAUEN MACHEN LEIDER IMMER NOCH DIE GLEICHEN FEHLER



Interview mit Sabine Asgodom, 57, Best-seller-Autorin, einer der erfolgreichsten Coaches Deutschlands, war neun Jahre Cosmo-Jobredakteurin und erhält in Kürze das Bundesverdienstkreuz für ihr Frauenengagement:

Wie kamen Sie 1989 zur Cosmo?

Meinen Job verdankte ich einem Mittagessen, bei dem ich zufällig mit der damaligen Chefredakteurin ins Gespräch kam. Seitdem rufe ich Frauen dazu auf, all ihre Termine zum Netzwerken zu nutzen.

Sie haben viel für die Cosmo-Leserinnen getan – etwa das erste Mentorinnen-Programm. Hat Cosmo auch Ihre eigene Karriere gepusht?

Auf jeden Fall. Schon der Name ist eine starke Referenz, die mir viele Türen geöffnet hat. Und die Internationalität des Magazins war ein Riesenvorteil. 1995 haben wir eine weltweite Stress-Studie durchgeführt. Das hat meinen Blick für andere Länder geschärft. Cosmo hat mich zur Kosmopolitin gemacht.

Wie genau haben Sie sich dann selbstständig gemacht?

Durch die Möglichkeit einer Vier-Tage-Woche konnte ich 1991 mein erstes Buch schreiben. Das war der perfekte Start. Wer überlegt, etwas Eigenes aufzubauen, für den ist ein freier Tag zum Ausprobieren ideal.

Haben sich Businessfrauen in den letzten Jahrzehnten verändert?

Junge Frauen sind heute sehr gut ausgebildet und tough. Aber sie gehen immer noch nicht strategisch genug vor. Wenn Frauen definieren, was sie wollen, können sie diese Ziele auch leichter verfolgen. Manchmal bin ich entsetzt, dass die heutige Ge-

neration die gleichen Fehler macht wie wir früher. Insgesamt hat sich viel verbessert. Der größte Fortschritt sind die professionellen weiblichen Netzwerke. Viele erfolgreiche Frauen ziehen jüngere nach. Dort und unter den Cosmo-Leserinnen findet man so viele grandiose Frauen. Sie müssen sich nur endlich zeigen.

Wie erreicht man Aufmerksamkeit?

Lehnen Sie Dödel-Arbeit ab. So nenne ich Aufgaben wie Protokolle schreiben – das können nach einiger Zeit auch andere tun. Übernehmen Sie stattdessen Projekte, die Reputation bringen. Beteiligen Sie sich in Gremien und äußern Sie sich in Konferenzen, statt nur Männer reden zu lassen. Frauen müssen Eigen-PR betreiben und über ihre Erfolge sprechen, auch wenn sie ihnen normal erscheinen. Man muss nicht werden wie ein Mann. Aber lernen Sie lieber von Männern, statt sich über sie aufzulegen.

Wie können Frauen einander helfen?

Es gibt zwei Varianten: Wer zufrieden ist, muss auch nicht maulen. Wer etwas ändern will, muss selbst anpacken. Damit das gelingt, brauchen Frauen Vorbilder. Ganz aktive, die sie zum Ausprobieren ermutigen, sie unterstützen und helfen. Businesslady's, die gern über ihre Erfolge reden, um andere anzuspornen. Ich bitte erfolgreiche Frauen immer: Sprecht auch von der Lust an euren Jobs, nicht nur vom Frust. Frauen sollen offen sagen, dass es geil ist, Macht zu haben.

Wann ist der richtige Zeitpunkt, um Karriere zu machen?

Dafür ist es nie zu spät. Zu sagen, jetzt habe ich keine Chance mehr, kann nichts Neues mehr anfangen,

ist Quatsch. Ich habe mich mit 46 Jahren selbstständig gemacht. Die „Generation Erfolg“ (Random House, ab Oktober im Buchhandel) sind heute Frauen zwischen 20 und 50. Der Jugendwahn lässt nach. Heute zählen Erfahrung und Kompetenz. Deswegen rate ich gerade Mittvierzigerinnen: Startet jetzt durch. Ihr seid so wertvoll – Ihr müsst es nur zeigen wollen.

Aber was tut man, wenn man nicht entsprechend gefördert wird?

Erkennt niemand an, was Sie leisten und was für gute Ideen Sie haben, müssen Sie gehen. Lässt man sich zu oft kränken und steckt alles weg, weiß der Chef schnell, dass er es mit Ihnen machen kann.

Wie gehe ich einen Jobwechsel an?

Indem Sie Ihr Netzwerk aktivieren. Manche Kontakte wachsen lange, bevor sie sich irgendwann auszahlen. Halten Sie den Kontakt und gehen Sie nicht nur nach Sympathie, sondern bilden bewusst Allianzen für einen gegenseitigen Nutzen.

Warum brauchen Menschen einen Business-Coach wie Sie?

Weil die Problemstellungen im Job viel komplexer geworden sind. Früher konnten Tante Erna oder Onkel Heinz helfen, heute sind die Entscheidungen schwieriger. Es geht um strategisches Vorgehen: Wie erreiche ich meine Ziele? Auf diesem Weg begleitet der Coach.

Ihr Appell für die Zukunft?

Businessfrauen gehören weiterhin zur Pioniergeneration. Sie müssen noch viel erreichen. Also, raus aus der Deckung, ab in die Risikozone! Was kann passieren? Schlimmstenfalls fällt man hin. Stehen Sie auf und nehmen Sie neuen Anlauf – nur so überwindet man Hürden. 

„FRAUEN SOLLTEN SICH BERUFLICHE BÜHNEN SUCHEN, UM SICH DORT ZU PRÄSENTIEREN.“

Sabine Asgodom