

FrauencoachenFrauen GbR

Newsletter: Nummer 7

Dezember 2007

Zu den Inhalten:

1. Unser Aphorismus für Sie
2. Offener Treff
3. Frauen coachen Frauen läuft
4. Neue Informationen aus Ankara
5. Informatives zum Online Coaching
6. Was sind Lernprogramme?
7. Unternehmensvorstellung: netucate systems GmbH
8. Frauen coachen Frauen in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Geißler (Uni HH)
9. Neue Gruppe bei XING: Online Coaching
10. Neue Kurs bei Frauen coachen Frauen
11. Frauenporträt: Im Gespräch ist Gabriela Pflüger, Expertin für neue Lerntechnologien, teletutoren.net - Vermittlung qualifizierter Teletutoren

Zu 1. Unser Aphorismus für Sie

Sei du selbst die Veränderung,
die du dir wünschst.

(Brahmanisches Mantra)

Zu 2. Offener Treff

Willkommen zu unserem offenen Treff! Mit unserem Netzwerktreffen geben wir interessierten Frauen eine Möglichkeit, sich auszutauschen. Vielleicht können auch neue berufliche oder private Kontakte geknüpft werden?

Unser nächster **offener Treff** findet - wie gewohnt – in der **Zitrone** in Kreuzberg (Dieffenbachstr. 56, 10967 Berlin) am **24.01.08 um 20:00 Uhr** statt.

Übrigens: Laut einer Pressemitteilung des Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB) kommt ein Drittel aller Neueinstellungen über eigene Mitarbeiter und persönliche Kontakte zustande. Persönliche und berufliche Netzwerke haben damit nach wie vor große Bedeutung. Wir freuen uns umso mehr, Sie in unserem Netzwerk begrüßen zu dürfen.

www.frauen-coachen-frauen.de

Andrea Juchem-Fiedler (ajf@frauen-coachen-frauen.de)

Daniela Saueremann (ds@frauen-coachen-frauen.de)

Zu 3. Frauen coachen Frauen läuft

Denken Sie daran: Unser nächster Lauftreff steht vor der Tür. Wir treffen uns zu einem Neujahrslauf am

19. Januar 2008 um 11:00 Uhr

am Biergarten am Schleusenkrug in der Müller-Breslau-Str. im Bezirk Tiergarten / Nähe Bahnhof Zoo, direkt an der Tiergartenschleuse (dort ist eine Brücke und dort treffen wir uns)

Und es kann wirklich jeder laufen (oder walken) – wir sind keine „Profis“!!!!

Zu 4. Neue Informationen aus Ankara

Nasılsınız liebe Leserinnen und Leser,

Dezember 2007: in unseren Köpfen weihnachtet es sehr und was machen wir jetzt damit in der Türkei?

Am 01.12. haben unsere Kinder bereits das erste Türchen des von der Oma per Post geschickten Adventskalenders öffnen können. Dieses Thema war also zur Zufriedenheit aller erledigt. Eine neue Frage drängte sich sofort danach auf. Am 2. Dezember war der 1. Advent, woher einen Adventskranz nehmen? Unsere christlich-weihnachtliche Tradition in einem muslimischen Land fortsetzen? Das kann nur schwierig bis unmöglich werden.

Das Nikolausfest stand kurz danach vor der Tür: Apfel, Nuss und Mandelkern für den Nikolausstiefel, das können wir auch hier auf dem Bazar finden. Nur der Schokoladen Nikolaus, damit wird es dann schon wieder schlecht aussehen, dachten wir. Ja, dachten wir, denn pünktlich am 6. Dezember stiefelte der Nikolaus persönlich in die deutsche Schule der Kinder und war sogar bewaffnet mit seinem großen, goldenen Buch. Auch für die türkisch-muslimischen Klassenkameraden gab es kein Entrinnen und den Schokoladen Nikolaus gab es gleich für alle hinterher.

Tja, Weihnachten wird dieses Jahr wohl ziemlich anders werden als gewohnt. Dachten wir, aber auch hier wird pünktlich zum Beginn der Vorweihnachtszeit tief in die weihnachtliche Konsum- und Dekorationskiste gegriffen. Wohin das Auge reicht: Weihnachtsmänner in gold, rot, silber, grün, Weihnachtsmusik, Weihnachtskerzen, Weihnachtsstimmung. In den Vorgärten unserer türkischen Nachbarn glänzen die Lichterketten an Tannenbäumen, an den Fenstern glänzen Sterne und auch in den Wohnungen stehen bereits die ersten Weihnachtsbäume in vollem Ornat. Allerdings sind die meist künstlich, denn es gibt ein Verbot in der Türkei Bäume zu fällen und die, für die Weihnachtszeit extra gezüchteten Bäume sind rar und deshalb sehr teuer. Man sagte uns, die Preise für einen kleinen Tannenbaum bewegen sich zwischen 100,- und 200,- Euro..... Nun, vielleicht müssen wir unsere Abneigung gegen einen künstlichen Baum dann doch noch ablegen, oder Weihnachten ohne Weihnachtsbaum feiern?

Den Preis für Weihnachtsbäume treibt auch die geringe Nachfrage in die Höhe. Zur Erinnerung: wir befinden uns noch immer in einem Land in dem sich 95,8 % der Bevölkerung zum Islam bekennt. Davon sind etwa 60 % Sunniten, die restlichen 30–35 % Aleviten. Nach anderen Schätzungen gibt es 70–75 % Sunniten und 20 bis 25 % Aleviten. Außerdem leben in der Türkei 0,2 % Christen (125.000) und 0,04 % Juden (23.000). %.

Die genannten vorweihnachtlichen Boten werden in der Türkei aber nicht als solche verstanden sondern als Neujahrsbräuche. Der Weihnachtsbaum ist hierzulande ein Neujahrsbaum und wird schon mal für die anstehenden Neujahrs-/Silvesterfeierlichkeiten

www.frauen-coachen-frauen.de

Andrea Juchem-Fiedler (ajf@frauen-coachen-frauen.de)

Daniela Saueremann (ds@frauen-coachen-frauen.de)

aufgestellt und geschmückt. Zwar kennt man in der Türkei den Begriff Weihnachten und bezeichnet dies als Noel, aber all das hat natürlich keine christlichen Traditionen als Hintergrund.

Als religiös geprägtes Fest feiert man im Monat Dezember in der Türkei das Opferfest (Kurban bayramı), das wichtigste religiöse Fest der islamischen Welt.

Es bildet den Höhepunkt des Hadsch (Wallfahrt nach Mekka). Zur Erinnerung an die Rettung Ismails schlachten Muslime jährlich am Opferfest ein Tier und teilen das Fleisch mit Verwandten, Freunden und Armen. Die Opferung eines Tieres (im Allgemeinen ein Schaf) ist für alle Muslime Pflicht, die finanziell dazu in der Lage sind. Das Opferfest fällt in diesem Jahr auf den 20. Dezember. In diesem Jahr deshalb, weil sich der islamische Kalender nach dem Mond richtet und sich so jedes Jahr gegenüber dem Sonnenjahr um ca. 10 Tage nach vorn verschiebt. Am 20. und 21. Dezember feiern die Türken ihr Opferfest und Ankara wird leer sein, da viele die freien Tage nutzen und zu ihren Familien für ein langes Wochenende fahren.

Am 10. Januar 2008 wird dann das islamische Neujahr (1. Muharram) gefeiert.

Für uns und unsere Kinder ist all das natürlich ein schöner Zufall. Wir müssen auch in einem muslimischen Land nicht auf das Weihnachtsgefühl zu verzichten und, aufgrund des Kurban bayramı, können die Kinder bereits früher in die Weihnachtsferien starten.

Die stilleren Tage des Opferfestes werden wir nutzen, um uns weiter auf die Ankunft des Christkinds vorzubereiten.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und Ihren Familien eine frohe Weihnachtszeit und ein besinnliches Weihnachtsfest und freue mich auf ein neues Jahr mit Ihnen.

Ihre Andrea Juchem-Fiedler

Zu 5. Informatives zum Online Coaching

Online Coaching: Fangen wir in diesem Newsletter doch folgendermaßen an: Ursprünglich war Coaching den Top-Managern und wichtigen Entscheidern in Wirtschaft und Politik vorbehalten. Heutzutage wird diese Beratungsform in unterschiedlichen Zusammenhängen eingesetzt. Interessant zu beobachten ist, dass in den letzten Jahren Coaching-Angebote auch verstärkt im Internet zu finden sind, wobei die derzeit existierenden Angebote sehr stark variieren.

Für Personen jedoch, die zeitlich stark eingebunden und/oder aus beruflichen Gründen viel Reisen müssen, bietet das Online-Coaching eine ernstzunehmende Alternative zum bisher bekannten Präsenz- bzw. Face-to-Face-Coaching an. Warum das so ist, möchten wir Ihnen kurz am Beispiel von www.frauen-coachen-frauen.de vorstellen:

Unabhängig von Ort und Zeit kann die Frau jederzeit Kontakt zu uns aufnehmen. In der Regel antworten wir sofort und bieten außerdem ein telefonisches Vorgespräch an, um die Rahmenbedingungen zu klären. Viele Frauen, die uns kontaktieren, stehen vor Entscheidungsfragen oder brauchen jemanden, der sie professionell in ihrem derzeitigen Lebensumstand kontinuierlich und neutral begleitet. Einige sind recht verzweifelt, andere brauchen einfach nur einen „Hauch von Unterstützung“, um einen selbst gewählten Weg zu beschreiten. Coachen wir per E-Mail, dann haben wir je nach Anliegen bis zu drei Kontakte in der Woche. Interessant ist, dass das E-Mail Coaching am stärksten nachgefragt wird. Vielleicht erscheint es den meisten Frauen am unkompliziertesten zu sein. Dabei haben wir bei www.frauen-coachen-frauen.de auch die Möglichkeit, über die Lernplattform Moodle und vor allem über das virtuelle Klassenzimmer zu coachen. Moodle nutzen wir für unsere themenspezifische Angebote wie z.B. Wiedereinstieg oder 45+. Die Module sind so aufgebaut, dass Sie neben dem individuellen Coaching auch in der Gruppe an einem Thema arbeiten und Sie somit auch von einem großen Erfahrungsschatz profitieren. Nicht zu vergessen, dass sich persönliche Kontakte ergeben, ein Netzwerk aufgebaut wird und in

www.frauen-coachen-frauen.de

Andrea Juchem-Fiedler (ajf@frauen-coachen-frauen.de)

Daniela Saueremann (ds@frauen-coachen-frauen.de)

einer vertrauensvollen Atmosphäre an der persönlichen Weiterentwicklung mit konstruktivem Feedback gearbeitet werden kann. Kein Wunder, denn Themen wie Stärken und Schwächen, die Frage nach dem beruflichen Erfolg, Vorbildfunktionen, Weiterbildung... fehlen bestimmt nicht. Doch darüber erfahren Sie in den nächsten Newslettern mehr.

Fassen wir jetzt einfach abschließend zusammen, was Frauen coachen Frauen besonders macht:

Wir beantworten Anfragen schnell und beginnen nahezu zeitgleich mit dem Coaching. Wir bieten Einzelcoaching und themenspezifisches Gruppen-Coaching mit maßgeschneidertem individuellen Einzelcoaching!

- Wir stehen mitten im Leben als Frauen und Mütter.
- Wir bieten professionelles Coaching nicht nur face to face, sondern auch online (Coaches mit Zusatzqualifikationen als Teletutor, Trainer für das virtuelle Klassenzimmer und ständige Fortbildungen bei der Firma Netucate System GmbH).
- Wir haben betriebswirtschaftliche, interkulturelle und psychosoziale Kompetenzen.
- Wir bieten einen hohen Erfahrungsschatz, hohe Verbindlichkeit, hohes Verantwortungsbewusstsein und absolute Diskretion.
- Wir bieten Aktualität auch aufgrund unterschiedlicher Netzwerkarbeit.

Sie möchten jetzt und gleich noch mehr über das Online-Coaching erfahren? Dann lesen Sie unter www.frauen-coachen-frauen.de /Aktuelles und bald auch unter www.Coachacademy.de unseren Bericht über Kompetenzen des Coaches im Online-Coaching.

Zu 6. Was sind Lernprogramme?

Wenn Sie bei *Frauen coachen Frauen* ein themenspezifisches Modul buchen, dann kommen Sie auch in den Genuss, mit einem Lernprogramm zu arbeiten. Vielleicht haben Sie sich schon mal gefragt, was das eigentlich ist, ein Lernprogramm?

Wenn Sie ein Lernprogramm, oder auch Lernsoftware genannt, nutzen, dann erhalten Sie in der klassischen Art und Weise eine CD, auf der Sie multimedial aufbereitete Lerninhalte (z.B. Videodokumente oder Animationen) zu einem bestimmten Thema bearbeiten können. Hierbei steht das selbstgesteuerte Lernen im Vordergrund, d.h. Sie stehen nicht in direktem Kontakt mit dem Lehrenden oder anderen Lernenden, sondern können die CD zeitlich und räumlich flexibel nutzen und selbst bestimmen, wann Sie lernen wollen.

Die Wissensvermittlung muss nicht zwingend über einen Datenträger verbreitet werden, sondern ist auch möglich, wenn Sie von einem Webserver online über Internet oder über Intranet abgerufen wird.

Dennoch müssen Sie nicht das Gefühl haben, dass Sie ganz allein mit dem Lernprogramm sind. In der Regel können Sie einen Tutor kontaktieren, wenn Sie inhaltliche, organisatorische oder technische Fragen haben.

Die *Frauen coachen Frauen GbR* nutzt die Lernprogramme der IHK (<http://ihk.elearningspace.de/>). Die Themenpalette reicht von EDV-Themen bis zu betriebswirtschaftlichen Grundlagen oder Projektmanagement.

Und für Alle, die sich selbständig machen wollen: Das Bundesministeriums für Wirtschaft und Technologie und die *bundesweite gründerinnenagentur (bga)* bietet Starthilfe an. Ein neues virtuelles Lernprogramm begleitet gründungsinteressierte Frauen Schritt für Schritt in die berufliche Selbstständigkeit. Das Lernprogramm finden Sie unter:

www.frauen-coachen-frauen.de

Andrea Juchem-Fiedler (ajf@frauen-coachen-frauen.de)

Daniela Saueremann (ds@frauen-coachen-frauen.de)

http://www.gruenderinnenagentur.de/bag/suche/suche.php?we_objectID=82&word=lernprogramm&lvl=975&shownull=1&showPage=1

Zu 7. Unternehmensvorstellung: netucate systems GmbH

Diesmal sind wir im Gespräch mit Inga Geisler, die bei netucate systems GmbH als Vertrieblerin und auch als Trainerin arbeitet. Lassen Sie sich überraschen, was genau Frau Geisler bei netucate systems macht...



F-c-F: Frau Geisler, Sie arbeiten bei *netucate systems GmbH*, einer Firma, die virtuelle Räume, z.B. für Seminare, Meetings und Konferenzen anbietet. Da ist es doch interessant, wie Sie dort gelandet sind. Können Sie unseren Leserinnen und Lesern bitte einen kurzen Überblick über Ihren beruflichen Werdegang geben?

Frau Geisler: Meine Selbständigkeit habe ich im Jahr 2000 als Office-Trainerin begonnen. Neben Projekten in Weiterbildungsorganisationen habe ich Firmenschulungen gemacht und mich weiter gebildet. Als das Thema „e-learning“ langsam in das Bewusstsein der Aus- und Weiterbildner rückte, absolvierte ich im Jahr 2003 an der FH Furtwangen einen Kurs zur Teletutorin. Während der Ausbildung hatte ich zum ersten Mal Gelegenheit, mich in einem virtuellen Seminarraum – iLinc von netucate systems - umzusehen. Die Technik gefiel mir gleich und ich nahm ein Jahr später an der Kampagne „Fit for live e-learning“ teil und ließ mich zur Moderatorin im VC (virtuell classroom) ausbilden.

In einigen kleineren Projekten arbeitete ich mit diesem virtuellen Seminarraum und entdeckte schnell die Vorteile virtueller Teamarbeit. Anfang 2006 bekam ich einen Anruf von Ulrich Schweizer, dem Geschäftsführer von netucate systems, der mich fragte, ob ich die Schulungsabteilung unterstützen möchte. Und seitdem bilde ich Moderatoren im VC aus. Weiterbildung ist für mich stets ein wichtiger Teil meiner beruflichen Entwicklung und so bilde ich mich momentan zur Expertin für neue Lerntechnologien an der FH Furtwangen weiter.

F-c-F: Bei aller Virtualität? Wo steht denn Ihr Schreibtisch – bei *netucate*? Was machen Sie genau bei dieser Firma und was bietet diese an?

Frau Geisler: Mein Arbeitsplatz ist in meinem Home-Office, von wo ich mit meinen Kolleginnen und Kollegen von netucate systems verbunden bin. Dies ist ein Anbieter von virtuellen Seminarräumen. Ich bilde dort die Teilnehmer zu Moderatoren aus und arbeite auch im vertrieblichen Bereich, da ich meine Erfahrungen aus den Schulungen gerne an unsere Kunden weiter gebe.

F-c-F: Viele Begriffe rund um das World Wide Web, eLearning, Blended Learning, sind zwar in aller Munde, aber doch den wenigsten wirklich verständlich. Können Sie uns genau erklären, was z.B. ein virtuelles Klassenzimmer (v-Room) ist? Wozu wird dieser genutzt?

Frau Geisler: Stellen Sie sich vor, wir beide befinden uns in einem ganz normalen Raum, mit Beamer, Tafel, Flipchart und allem was so dazu gehört. Dieser reale Raum hat implizite

www.frauen-coachen-frauen.de

Andrea Juchem-Fiedler (ajf@frauen-coachen-frauen.de)

Daniela Saueremann (ds@frauen-coachen-frauen.de)

Eigenschaften, derer wir uns normalerweise gar nicht bewusst sind: Wir sehen, hören und erleben zur gleichen Zeit das Gleiche. Genau das geschieht auch in einem virtuellen Raum. Nur sitzen alle vor Ihrem PC und haben einen Headset auf. Jeder hört, was gerade gesprochen wird. Wenn Folien präsentiert oder Tafel und Flipchart genutzt werden, sehen dies alle synchron und so geschieht es mit allen Medien. Kurzum: die iLinc Software und das Netz stellen einen virtuellen Raum her, der die gleichen Eigenschaften hat, wie ein realer Raum.

F-c-F: Wie muss sich eine Kundin den Ablauf einer Sitzung in einem solchen virtuellen Raum vorstellen?

Frau Geisler: Der Ablauf der VC-Sitzung ist abhängig von der Veranstaltung, die stattfindet. Gleich ist allen, dass die Teilnehmer sich zu einer bestimmten Uhrzeit über ihre Zugangsdaten in diesen Raum einwählen und sich dann über Voice-over-IP (Headset nötig) verständigen. In einer schulungsbasierten Veranstaltung erteilt der Moderator das Rederecht an die Teilnehmer, während in einem Meeting sich die Teilnehmer dies selbst nehmen können. Jeder, der das Rederecht hat, kann auch die Medien bedienen und z. B. auf ein Whiteboard schreiben. Es gibt verschiedene Interaktionstools, die schnelle Abfragen und die Kommunikation der Teilnehmer untereinander ermöglichen.

F-c-F: Mit welchen Problemen werden Sie konfrontiert seitens der Nutzer? Klagen die zum Beispiel über zu viel Technik oder fragen die nach den Sicherheitsstandards? Äußern die Nutzer Ängste?

Frau Geisler: Ich arbeite nun schon zwei Jahre mit iLinc und habe die Erfahrung gemacht, dass die Teilnehmer i.d. R. keine Probleme mit der Technik haben. Wenn sie die Arbeit im VC aufnehmen, unterstützen wir mit unserem Supportteam die Einrichtung, wenn die Einstellungen nachgearbeitet werden müssen. Viele, die sich die Arbeit im VC zunächst nicht vorstellen können, sind innerhalb von 5-10 Minuten in der Lage, sich in dem übersichtlichen Raum zu bewegen.

F-c-F: *Frauen coachen Frauen* arbeitet bei seinen Online-Angeboten ebenfalls mit dem virtuellen Klassenzimmer von *netucate*. Würden Sie sich online über das virtuelle Klassenzimmer coachen lassen?

Frau Geisler: Auf jeden Fall. Besonders in dem Bereich des Coachings ist es eine sinnvolle Möglichkeit, da spontan und in akuten Situationen miteinander zu kommuniziert werden kann. Durch das Einschalten einer Webcam kann auch der Blickkontakt von Teilnehmer zu Coach gewährleistet werden und es entsteht ebenso eine Gruppendynamik bzw. Abbildung der Persönlichkeit wie in einem Präsenzraum.

F-c-F: Welche Vorteile würden Sie für sich bei einem Online Coaching sehen?

I. Geisler: Gerade für uns Frauen, noch mehr für uns Mütter, sind virtuelle Räume attraktiv! Arbeits- und Wohnort fallen jetzt wieder zusammen. Das gilt ja nicht nur für Seminare, sondern für jede Art virtueller Teams. Ein ganz klarer Vorteil der Nutzung des virtuellen Seminarraumes für das Coaching ist die Ortsunabhängigkeit und flexible Zeitgestaltung. Es sind dadurch z. B. auch Treffen außerhalb der normalen Geschäftszeiten möglich. Diese Art der Verständigung ist mit geringem Aufwand verbunden.

Ich lade alle InteressentInnen herzlich ein, sich iLinc von „Innen“ anzusehen!

Kontakt zu Frau Geisler können Sie aufnehmen unter der Mailadresse:

inga.geisler@netucate.com

Zu 8. Frauen coachen Frauen in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Geißler (Uni HH)

Seit Anfang November ist Daniela Sauer mann als Online Coach bei Prof. Dr. Geißler im Coachpool aufgenommen. Damit bietet sich neben des Online Coaching per E-Mail oder über die Lernplattform Moodle eine weitere Möglichkeit für unsere Kundinnen, von Frauen coachen Frauen gecoacht zu werden – allerdings mit einer anderen Coachingmethode. Die Methode des so genannten virtuellen Selbstcoaching verfolgt mit einem von Prof. Dr. Geißler eigens konzipierten Tools auf zielführende Lösungsansätze und –wege, und zwar mit Hilfe eines Ordnungsschemas zum lösungsorientierten Fragen. Dabei stellt Ihnen das Programm eine Reihe von Fragen, die Sie schriftlich beantworten müssen. Ihre Antworten werden nicht bewertet, sollen Sie aber zur systematischen Selbstreflexion anregen. Gern informieren wir Sie über das virtuelle Selbstcoaching und freuen uns, Sie auch hier begrüßen zu dürfen.

Für Alle, die schon mal schauen wollen: www.virtuelles-selbstcoaching.de

Zu 9. Neue Gruppe bei XING: Online Coaching

Im neuen Jahr startet *Frauen coachen Frauen* gemeinsam mit Martin Marx von *Marx and Friends* (www.members.aol.com/martinmarx) eine neue Gruppe bei XING zum Online Coaching.

Mit dieser Gruppe sollen

- erste empirische Ergebnisse diskutiert werden.
- Ansätze des Online Coachings vorgestellt werden.
- Ansätze kritisch betrachtet werden.
- ein professioneller Austausch stattfinden.
- Online-Coaching weiter etabliert und zukunftsfähig gemacht werden.

Wir freuen uns, alle Online Coaching - Interessierten in dieser neuen Gruppe begrüßen zu dürfen.

Zu 10. Neue Kurse bei Frauen coachen Frauen

An dieser Stelle möchten wir Ihnen unsere neuen Termine für unsere fcf-Kurse mitteilen:

- Modul „beruflicher Wiedereinstieg“:
07. Januar – 07. April 08
- Modul „ Fit für den deutschen Arbeitsmarkt – ein Angebot für Migrantinnen:
14. Januar – 14. April 08
- Modul Neu- und Umorientierung 45+:
04. Februar – 04. Mai 08
- Existenzgründung für Mütter:
11. Februar – 11. Mai 08

Und natürlich ist es auch möglich, sich individuell persönlich oder online zur Berufs- und Karriereplanung coachen zu lassen.

Zu 11. Frauenporträt: Im Gespräch ist Frau Gabriela Pflüger

Gabriela Pflüger (geb. Baum), verheiratet, 41 Jahre, 3 Kinder (18, 6, 3), Lehramtsstudium f. Gymnasium, freiberufliche Teletutorin, Gründerin und Leiterin des Netzwerks qualifizierter Teletutoren teletutoren.net (seit Anfang 2006), vorher u.a. wissenschaftliche Mitarbeiterin bei der Virtuellen Hochschule Baden-Württemberg, zurzeit Weiterbildung zur Psychologischen Beraterin (Dr. Migge).



F-c-F: Frau Pflüger, wann sind Sie wieder beruflich eingestiegen?

Gabriela Pflüger: Ich habe eigentlich nie ganz aufgehört zu arbeiten, lediglich im Wochenbett ging es immer etwas ruhiger zu. ;-).

F-c-F: Sie sind selbständig, im eigenen Unternehmen tätig . Gibt es da andere, besondere Anforderungen, Kinder, Familie und Karriere zu vereinbaren?

Gabriela Pflüger: Da mein Mann auch selbständig ist, teilen wir uns weitgehend den Betreuungspart (ich 3 Nachmittage, er 2). Vormittags sind die Kinder - sofern gesund - ja untergebracht in Kindergarten und Schule. Dennoch bleibt das Ganze "Drumherum" wie Wäsche waschen, einkaufen, kochen, Familie organisieren... überwiegend an mir hängen, und ich versuche das "nebenbei" zu erledigen, indem ich z.B. durch geschickte Vorratshaltung selten einkaufen muss etc. Natürlich haben wir auch eine Putzfrau, die mich einmal wöchentlich unterstützt. Stressiger als der Haushalt, der ja notfalls abends noch gemacht werden kann, sind aus meiner Sicht die Bedürfnisse der Kinder und meine eigenen Ansprüche an die Erziehung und Förderung, die in Einklang miteinander gebracht werden müssen. Das gebe ich nicht so gerne aus der Hand, und daher kümmere ich mich nachmittags meistens doch mehr um die Kinder und arbeite dann eher noch einmal in den Abendstunden. Damit fühle ich mich aber wohler, als wenn ich ein Au-Pair-Mädchen oder eine Tagesmutter engagieren würde. Ein echter Vorteil ist, dass ich meine Büroräume in unserem Haus habe, da kann ich viel "nebenher" erledigen. Das gilt sowohl für die Vormittage, wenn ich mal rasch eine Waschmaschine anwerfen kann, als auch für die Nachmittage, wenn ich, während die Kinder spielen, ein geschäftliches Telefonat führen oder die E-mails abfragen kann.

F-c-F: Was raten Sie Frauen, die beides wollen? Was ist besonders wichtig und wie hat es bei Ihnen funktioniert?

Gabriela Pflüger: Ohne ernsthafte Unterstützung durch den Partner oder eine andere liebevolle Person (z.B. Oma) klappt es aus meiner Sicht weder organisatorisch noch finanziell mit der Selbstständigkeit. Ich habe in der Planungsphase sehr genau abgeklopft, ob mein Partner da wirklich mitziehen will. Zum Glück ist er ja auch selbstständig und besitzt daher selbst die notwendige Risikobereitschaft. Da er sich 6 Jahre früher selbstständig

gemacht hat als ich, konnte und kann er mir natürlich tolle Tipps geben und ist mein wichtigster Ratgeber, was strategische Entscheidungen angeht. Da es auch nicht unbedingt notwendig ist, dass mein Unternehmen gleich Riesengewinne abwirft, konnte ich von Anfang an recht locker mit der Situation umgehen. Das ist natürlich fantastisch! Ich hatte eine Idee im Kopf und konnte sie einfach verwirklichen.

F-c-F: Was würden Sie sagen, ist das größte Hindernis für berufstätige Frauen mit Kindern in Deutschland?

Gabriela Pflüger: Die unflexiblen Öffnungszeiten der Schulen- und Kindergärten (bei uns auf dem Land) sind momentan noch ein Hindernis, da Nachmittags oder zumindest über Mittag dann in der Regel eine andere Betreuung (z.B. Tagesmutter) gefunden werden muss (ein Wechsel, den nicht jedes Kind so einfach akzeptiert!). Dies führt aus meiner Sicht dazu, dass weiterhin viele Frauen nur in Teilzeit berufstätig sind, was letztendlich durch den vergleichsweise geringeren Verdienst dazu führt, dass die bestehenden "Machtverhältnisse" in der Partnerschaft bestehen bleiben und die Frauen trotz eigener Berufstätigkeit weiterhin noch dem Mann den Rücken freihalten müssen und selbst kaum Freiräume für sich haben. In Bezug auf die Schule sehe ich das Problem, dass Kinder, denen nicht bei den Hausaufgaben etc. geholfen wird, echt benachteiligt sind. Die Hausaufgaben, die meine Tochter z.B. im Hort macht, sind qualitativ eindeutig minderwertig im Vergleich zu denen, die sie zu Hause - und sei es in den Abendstunden - erledigt. Im Hort herrscht oft einfach nicht die notwendige Ruhe und die Kinder werden abgelenkt und sind unkonzentriert. Dass zu Hause eine Unterstützung und Fortsetzung des in der Schule Vermittelten erfolgen muss, damit es dann auch an der weiterführenden Schule und mit einem höheren Bildungsabschluss klappt, wird doch geradezu erwartet. Erst jüngst wurden wieder Forschungsergebnisse veröffentlicht, die diese Ansicht bestätigen. Weil Lehrer wissen, dass in den höheren und bildungsnahen Schichten die Kinder ausreichend Unterstützung im häuslichen Umfeld erhalten, werden Kinder aus diesen Schichten selbst bei nur durchschnittlicher Leistung eher für das Gymnasium empfohlen. Damit werden aus meiner Sicht wieder die Mütter in die Pflicht genommen, die diese Unterstützung doch hauptsächlich (unentgeltlich!) leisten müssen!

Hinzu kommen so manche andere längst bekannte und vielleicht sogar akzeptierte Ungerechtigkeiten. Zum Beispiel, dass von Frauen immer noch erwartet wird, für weniger Geld zu arbeiten als ein Mann, und dass sie wie selbstverständlich die schlechtere Steuerklasse wählen sollen. Als Selbstständige gibt es ja zudem eine ganze Reihe Fallstricke steuerlicher und rententechnischer Art zu beachten. Da existieren zum Teil widersprüchliche Vorschriften, und wer sich da nicht informiert, ist arm dran, da dann manchmal horrende Nachforderungen fällig werden (Stichwort: "Freie-Trainer-Falle"). Um diese Probleme zu umgehen, verdienen viele Frauen lieber erst gar nicht so viel, so können Sie bei Ihrem Mann mitversichert bleiben - verbleiben aber auch in der Abhängigkeit von ihrem Partner. Das ist ein echter Teufelskreis!

F-c-F: Hat sich ihre Rolle als Unternehmerin geändert, in Bezug auf Kunden oder Geschäftspartner, aufgrund ihrer Situation als Mutter? Sieht man Sie mit anderen Augen (vielleicht nicht mehr so professionell)? Gibt es Vorurteile, mit denen Sie nun als Mutter zu kämpfen haben?

Gabriela Pflüger: Da ich schon sehr jung Mutter geworden bin (meine älteste Tochter lebt zwischenzeitlich gar nicht mehr zu Hause), kann ich mich gar nicht mehr erinnern, wie es ist, ohne Kinder irgendwo "aufzumarschieren". Ich glaube auch nicht, dass man Mütter als weniger professionell wahrnimmt. Man sollte vielleicht nicht andauernd über seine Kinder reden mit Geschäftspartnern, aber ich mache das durchaus ab und an (das lässt sich gar nicht verhindern, wenn man die Kinder manchmal im Hintergrund reden oder spielen hört!), und pflege dadurch das Gespräch auf eine persönliche Ebene zu bringen. Interessanterweise erzählen mir die Geschäftspartner dann auch ganz persönliche Dinge, und ich kann bei späteren Gesprächen wieder daran anknüpfen. Wer gar nicht mit mir als

Unternehmerin, die eben auch überzeugte Mutter ist, umgehen kann, der passt übrigens auch nicht als Kunde zu meinem Unternehmen.

F-c-F: Denken Sie es wird hier genug für die Frauen/Mütter und Familien in Deutschland getan?

Gabriela Pflüger: Seit unsere Familienministerin sich um mehr Krippenplätze in Deutschland bemüht, ist doch eine interessante Diskussion losgetreten worden. Mir fehlt bei dieser Diskussion eigentlich nur, dass selten verdeutlicht wird, wie wichtig es für manche Kinder (und auch ihre Eltern) sein kann, die Geborgenheit und Förderung einer guten Krippe zu erfahren. Ich kenne einen Fall, da hat sich ein Mädchen aus sehr einfachem Milieu ganz hervorragend durch ihren Krippenaufenthalt verändert und positiv entwickelt, und auch die Eltern haben im Laufe der Zeit einen großen Entwicklungsschritt vollzogen. Das ist doch fantastisch!

Ansonsten würde ich sagen, man kann keine allgemeine Aussage zu dieser Frage treffen, da es doch stark davon abhängig ist, wo man lebt, und wie engagiert die Leute vor Ort sind. Hier in unserem kleinen Ort (8000 Einwohner.) wird wirklich viel getan für die Familien. Natürlich basiert das Ganze auch auf viel ehrenamtlichem Engagement der Eltern selbst. Aber auch auf kommunal- und landespolitischer Ebene ist es hier in Baden-Württemberg nicht "schlecht" bestellt um die Familien.

Ich möchte hinzufügen, dass ich nicht zu denen gehöre, die darauf warten, dass andere etwas für einen tun, sondern dass ich die Dinge selbst in die Hand nehme. Das kann ich anderen ebenfalls nur raten!

F-c-F: Wenn denken Sie, wo stehen wir in der Diskussion über Vereinbarkeit von Beruf und Familie in 10 Jahren? Welche Schlagzeile würden Sie sich dann in wichtigen Tageszeitungen wünschen?

Gabriela Pflüger: Ich denke, dass es in 10 Jahren genügend Krippenplätze für die unter Dreijährigen geben wird, aber nicht nur, weil die Politik sie bis dahin beschafft, sondern auch, weil weiterhin viele Mütter sich (freiwillig und ganz bewusst) entscheiden werden, sich in der ersten Zeit ausschließlich um ihre Kinder zu kümmern und weil natürlich die Geburtenzahlen weiter zurückgehen werden. Die Wahlfreiheit wird auf jeden Fall gegeben sein.

F-c-F: Haben Sie persönlich Erfahrungen zu unterschiedlichen Formen der Organisation von Arbeitszeiten? Was ist für Sie ein wirklich flexibles Arbeitszeitmodell? Was brauchen Sie als Mutter?

Gabriela Pflüger: Es gibt keinen Arbeitgeber, der mir diese Flexibilität, die ich momentan habe, bieten könnte. Ich nehme an sich auch nur Aufträge an, die ich bei völlig freier Zeiteinteilung durchführen kann (sehr häufig und auch sehr effektiv arbeite ich nämlich abends!) Allerdings klappt das nicht so gut, wenn ich außer Haus bin und dort arbeite, das habe ich schon ausprobiert. Ich brauche wahrscheinlich das beruhigende Gefühl im Hintergrund, dass alles in Ordnung ist (Kinder liegen brav schlafend im Bett). Dann kann ich noch einmal ganz beruhigt zur Höchstform auflaufen! ;-)

F-c-F: Wie sieht es mit Ihrem privaten Netzwerk aus? Welche Möglichkeiten der Kinderbetreuung nehmen Sie in Anspruch bzw. auf welche könnten Sie gegebenenfalls zurückgreifen?

Gabriela Pflüger: Leider stehen uns die Omas und Opas nur sehr eingeschränkt zur Verfügung, weil sie selbst noch sehr aktiv sind (ehrenamtlich). Da ich mehrere Schwestern habe, springt eher mal eine als "Tante" ein, das ist aber wirklich selten der Fall. In der Regel machen mein Mann und ich das alles untereinander aus. Sicher könnte ich notfalls auch mal eine andere Mutter fragen, die ich kenne, das war bislang aber eigentlich noch nicht notwendig.

www.frauen-coachen-frauen.de

Andrea Juchem-Fiedler (ajf@frauen-coachen-frauen.de)

Daniela Saueremann (ds@frauen-coachen-frauen.de)

F-c-F: Wie stehen Sie zum Networking allgemein? Nutzen Sie Netzwerke für Ihren Beruf?

Gabriela Pflüger: Ohne Networking würde meine ganze Idee des Teletutorennetzwerks gar nicht funktionieren - ich bin demnach eine überzeugte Networkerin. Am Wohlsten fühlen sich in meinem Netzwerk daher auch Personen, die selbst überzeugte Networker sind!

F-c-F: Gab es die Möglichkeit für Ihren Mann beruflich kürzer zu treten, eventuell sogar die Vorstellung Erziehungszeit zu nehmen? Wenn nein, warum nicht? Wenn ja, welche Erfahrungen hat Ihr Mann damit an seinem Arbeitsplatz gemacht?

Gabriela Pflüger: Mein Mann hat zwei Nachmittage in der Woche frei, das geht nur, weil er einen Mitinhaber und Kollegen hat, mit dem er sich abspricht. Erziehungszeit wäre aber wegen der finanziellen Einbußen nicht möglich gewesen. Bei der Geburt seiner Kinder hat er aber jeweils ca. 14 Tage frei genommen und auch die Urlaubszeiten legt er so, dass er seine Kinder möglichst viel sehen kann und etwas mit ihnen unternehmen kann.

F-c-F: Wir alle wissen, welche organisatorischen Hochleistungen Frauen erbringen, die Beruf und Familie vereinbaren. Haben Sie irgendwelche Tipps zum Zeitmanagement oder zur Organisation für diese Frauen?

Gabriela Pflüger: Wichtig ist eine gute Einkaufsplanung, weil dafür doch viel Zeit verloren geht. Ich schreibe mir stets einen detaillierten Einkaufszettel, damit ich nichts vergesse und ich kaufe gleich für mehrere Mahlzeiten ein. Beim "Eismann" bin ich eine gute Kundin, diese Tiefkühl-Gerichte sind nämlich sehr lecker und rasch zubereitet. Das spart enorm Zeit! Wichtig sind auch Haushaltsgeräte wie ein Wäschetrockner, um nicht in Wäschebergen zu versinken. Einen Tipp habe ich zum Thema Bügeln: Mein Mann macht das ganz gerne beim Fernsehen, dafür putze ich dann auch mal das Auto... ;-)
Und noch einen Tipp zum Thema "Erreichbarkeit": Am Anfang, als ich mich selbstständig gemacht habe, habe ich mich kaum vom Telefon weggetraut. Ich könnte doch einen Kunden verpassen! Inzwischen lasse ich ganz locker meinen AB laufen, auch, um mal in Ruhe was am Schreibtisch fertig zu machen. Danach rufe ich freundlich und entspannt zurück. Genauso ist es mit den E-mails. Man muss sie nicht sofort beantworten! Innerhalb von 24 Stunden ist noch sehr schnell, so nehmen das auch andere wahr. Es irritiert doch eher, wenn nach 5 Minuten schon eine Antwort kommt ("Hat die denn sonst nichts zu tun?") Und ein weiterer Tipp: Fragen Sie Ihre E-mails nicht mehr vor dem Schlafengehen ab! Lesen Sie lieber noch einen (einschläfernden) Fachartikel, während Sie gemütlich im warmen Bett liegen. So können Sie besser abschalten, als wenn Sie noch eine "aufregende" E-mail lesen, und denken, dass Sie da an sich gleich hätten anrufen sollten (was natürlich zu nachtschlafender Zeit nicht geht).

F-c-F: Und zum Abschluss eine Frage, die wir jeder Frau in unserem Frauenporträt fragen: Gibt es für Sie ein Motto, wie wir Frauen Familie und Beruf unter einen Hut bekommen?

Gabriela Pflüger: Mit Gelassenheit geht alles besser... Oder: Putzen kann ich auch noch, wenn die Kinder groß sind... ;-)

Vielen Dank für das Interview.