

SELBSTÄNDIGE IMMIGRANTINNEN

Podcast

FOLGE #7

00'00"

Hallo und herzlich willkommen zu einer neuen Podcast Folge von ISI! Ich bin Sou-Yen Kim und freue mich, dass sie dabei sind. Für alle, die unseren Podcast noch nicht kennen und auch nicht die Arbeit von ISI, möchte ich kurz erklären, was ISI eigentlich macht. ISI ist ein gemeinnütziger Verein mit Sitz in Berlin, und der hat es sich zur Aufgabe gemacht, Frauen mit Migrationserfahrung bei der Gründung ihres eigenen Business zu unterstützen. Konkret heißt das, dass alle künftigen Geschäftsfrauen hier Workshops, Kurse angeboten bekommen. Da geht es um Social Media, wie baue ich eine eigene Webseite? Oder auch ganz wichtig „Wie soll ein Businessplan aussehen“? Das Schöne an dem Angebot ist: Die Kurse sind alle kostenfrei. Heute habe ich eine Gesprächspartnerin hier, die hier bei ISI Kurse anbietet und selbst auch den Weg in die Selbstständigkeit gewagt hat. Sie heißt Irina Gelwer, ist 40 Jahre alt, und sie arbeitet als Coach. Zuvor hat sie viele Jahre als Projektleiterin und Prozessmanagerin gearbeitet, bevor sie sich dann dazu entschieden hat, einen neuen beruflichen Weg einzuschlagen. Hallo Irina!

01'10"

Hallo Sou-Yen, ich freue mich, hier zu sein.

01'11"

Schön. Freue mich auch, dass du dabei bist. Seit wann gibst du eigentlich hier bei ISI Kurse an?

01'16"

Mein Kurs, das ist ein Onlinekurs, und heißt „Effektives Projekt und Time-Management für Entrepreneurinnen“, also für Unternehmerinnen, weibliche Selbstständige. Und es geht nicht nur um die theoretischen, harten Planung-Skills, die man sonst auch nachlesen kann. Ich habe in diesem Kurs auch meine persönliche Erfahrung als Mutter, Frau und Selbstständige mit eingebunden. Und es geht auch darum, an eigenen Gefühlen, Emotionen, an den ganzen versteckten Einstellungen und Blockaden, die einen daran hindern, den Plan zu befolgen und dieses große Vorhaben, das große Projekt, in diesem Fall auch die Selbstständigkeit auf die Beine zu stellen. Das heißt, wir machen ganz viel Persönlichkeitsarbeit in dem Kurs.

02'07"

Interessant, dass du auch persönliche Aspekte in den Kurs mit reinnimmst, also nicht nur die Hard Skills. Wie bist du denn auf die Idee gekommen, das in deinen Kurs zu integrieren?

02'17"

Im Großen und Ganzen war das so: Ich habe über zehn Jahre lang für große Unternehmen gearbeitet, als Angestellte, Projektleiterin im Prozessmanagement, habe also Projekte geleitet und habe da schon die ganze Zeit gemerkt „Die Technik und die Lösung an sich ist nicht das Problem“. Bei der Prozessoptimierung war oft klar, was zu tun ist. Die Herausforderung war immer der Mensch selbst. Und die Konflikte, die Blockaden, die Emotionen, die nicht ausgesprochen sind - oder auch ausgesprochen sind, aber nicht gelöst.

Folge #7 Irina Gelwer

Und ich war da schon gefragt, meine Soft Skills einzusetzen, weil ich das gut konnte. Das war immer das Feedback. Und ich habe dann später auch selbst gemerkt, als meine Tochter zur Welt kam, vor vier Jahren: Je mehr Rollen man ausfüllen muss, umso mehr muss man mit mehreren Bällen jonglieren. Man hat ja so viele Projekte am Laufen. Und da sind oft diese Ängste, Zweifel, Unsicherheiten. Mir ging es nicht anders.

Ich durfte lernen, damit zu arbeiten und habe selbst auch Coaches und Mentoren gehabt und glücklicherweise auch sehr gute. Ich möchte einfach den Frauen helfen, das zu überwinden. Und weil ich weiß, dass wenn der Knoten platzt und die Persönlichkeitsarbeit gemacht ist, dann ist es leichter, sich zu fokussieren und den Plan zu folgen und überhaupt flexibel zu sein und erfüllt zu sein, bei dem Projekt. Und nicht nur einfach starr einem Ziel zu folgen. Und dann gibt man vielleicht einfach auf, aus verschiedenen Gründen, weil die Motivation weg ist, weil man sich ausbremst, weil man das Gefühl hat, irgendwelche Opfer bringen zu müssen und nur auf ein hartes Ziel hinzuarbeiten.

Wenn die Persönlichkeit wächst und sich entwickelt, entwickelt sich dein Business auch.

04'32"

Das ist ja ein ganz spannender Aspekt, als du erwähnt hast, dass Frauen auch verschiedene Rollen einnehmen müssen und es dann schwierig ist zu fokussieren.

Und es ist ja auch ganz häufig so, dass Frauen eher das Problem haben, den Schritt in die Selbstständigkeit zu wagen. Weg von einer Festanstellung und dann plötzlich komplett auf sich allein gestellt zu sein. Du hast es ja tatsächlich gemacht. Wie war das bei dir? Wann hast du festgestellt, dass festangestelltes Dasein nicht mehr für dich ist?

05'04"

Ja, eine sehr gute Frage. Ich habe das erste Mal vor ungefähr zehn Jahren, als ich 30 war, ernsthaft überlegt, mich selbstständig zu machen. Ich habe auch schon tatsächlich ein Logo entworfen, irgendwas kreiert, und ich habe mich nicht getraut. Ich hatte diese ganzen Ängste und negativen Glaubenssätze „Ich bin noch nicht gut genug. Ich bin noch nicht weise genug. Es wird niemand auf dich hören. Du bist gerade mal erst 30, noch zu jung“.

Aber ich habe diesen Traum nie aufgegeben. Und es war ja auch die ganze Zeit auch spannend in meinem angestellten Job. Ich hatte auch das Glück und habe teilweise auch selbst dafür gesorgt, gute Projekte zu haben. Ich hatte gute Mentoren und Coaches an meiner Seite gehabt und habe so mich auf die Selbstständigkeit vorbereitet. Bewusst. Ich war zwar hundert Prozent in meinem Job. Und dennoch habe ich die große Vision nie, nie losgelassen. Die Vorbereitung hin zur Selbstständigkeit ist tatsächlich wichtig. Ich habe gesagt „Ich lerne jetzt, und ich werde sehen, wo mich das hinführt“.

06'25"

Was war denn deine Vision damals?

06'27"

Irgendwann habe ich ein Buch über das Coaching in die Hände bekommen, und ich wusste noch nicht so genau, was dahintersteckt. Aber ich habe intuitiv gespürt „Das ist irgendwie deins“.

Ich habe dann das gelesen und mich mit Coaching beschäftigt, Persönlichkeitsentwicklung und so weiter. Und das war meine Vision: „Ich möchte irgendwie coachen und Menschen helfen, mit sich selbst bewusster umzugehen, sich selbst mehr zu verstehen. Ich will helfen, ihre Ziele zu erreichen, ihre Vorhaben zu verwirklichen und dabei auch erfüllt zu leben“.

Das war tatsächlich meine große Vision. Damals war ich in der Elternzeit. Ich glaube, bei einigen Frauen ist es so, ich habe schon mal gehört, dass wenn das Kind kommt, ist die Elternzeit tatsächlich ein Wendepunkt.

Folge #7 Irina Gelwer

Ich habe dann verstanden „Okay, jetzt ist der Moment da“. Klar war ich trotzdem ängstlich und habe trotzdem sehr lange abgewogen. Aber es hat sich gut angefühlt, ich kam dann zwar noch zurück in meinen Job nach der Elternzeit. Aber irgendwie hat das dann mit der Firma auch gut geklappt, weil es dort Umstrukturierungen gab. Da dachte ich „Das ist eigentlich der perfekte Zeitpunkt, mich auszuprobieren“ und habe mich auf den Weg gemacht.

08'06"

Das heißt, du hast dich tatsächlich zum Coach ausbilden lassen, während du angestellt warst?

08'11"

Genau. Die Ausbildung beinhaltete auch die Ausbildung zur Mediatorin. Und dann kam noch die Vertiefung zum Coach. Das Ganze hat dann mehrere Jahre gedauert, mit einer Pause dazwischen, natürlich auch mit praktischen Erfahrungen dazwischen, mit der Elternzeit. Und ich finde es gut, dass es bei mir ein bisschen länger gedauert hat. Das ist auch ein persönlicher Reifeprozess. Ich konnte auch dieses ganze Wissen in meinem Job super nutzen. Denn in der Business Welt wird immer noch zu viel auf die harten Skills geschaut. Wobei Soft Skills auch wichtig sind. Dennoch durfte ich eine Ausbildung zum Coach machen. Ich habe mir das erkämpft, und hatte eine wunderbare Chefin damals, die mich unterstützt hat. Letztes Jahr habe ich diese Coaching Ausbildung abgeschlossen und dann jegliche Workshops zur Vorbereitung meiner Selbstständigkeit besucht und dabei ISI kennengelernt, als es mir darum ging, ein Netzwerk aufzubauen. Weil man nach Gleichgesinnten sucht, und das ist sehr wichtig, wenn man etwas Neues vorhat. Da bin ich auf ISI gestoßen und viele gleichgesinnte und tolle Frauen kennengelernt.

09'48"

Jetzt hast du es gerade schon erwähnt, dass du Unterstützung von deiner Vorgesetzten hattest, was ja ganz wichtig ist, wenn man sagt: „Ich möchte etwas Neues aufbauen oder etwas Neues ausprobieren“. Gerade wenn man den Weg in die Selbstständigkeit wagt, ist man ja auch oft alleine. Wie wichtig war denn die Unterstützung bei dir? Und wer hat dir dabei geholfen?

11'08"

Ich fange mal damit an, wer mich dabei nicht unterstützt hat. Meine Familie war gespalten. Zum Beispiel meine Eltern: „Willst du das wirklich? Den guten Job verlassen? Mein Gott, mach das nicht“. Freunde dagegen haben mich unterstützt und waren eher begeistert von meinem Mut. Kollegen haben mit Unverständnis reagiert: „Warum, weshalb, wieso? Sie ist ja erfolgreich. Sie ist ja gefragt. Wir wollen nicht, dass sie geht“. Das war so hin und her. Aber mein Mann hat mich unterstützt. Ich habe mir in dieser Zeit Mentoren und Coaches gesucht. Ich habe geschaut: „Wen brauche ich, was kann ich von ihm lernen?“. Ich bin überzeugt, dass jeder, der etwas Neues wagt oder durch eine Veränderung geht, einen Mentor, einen Coach an seiner Seite bräuchte. Ja, das würde ich auf jeden Fall empfehlen.

11'29"

Jetzt hast du ja einen Richtungswechsel in deinem Job vorgenommen, weil du irgendwann gemerkt hast „Das, was ich hier mache. Das reicht mir nicht mehr“. Diesen Prozess machen ja viele durch. Aber oft wissen sie dann nicht, was sie alternativ machen könnten. Was würdest du denn diesen Frauen raten, wenn sie dir in deinen Coaching Sessions begegnen?

Folge #7 Irina Gelwer

Wenn sie sagen: „Ich bin nicht mehr glücklich in meinem Job. Ich möchte gerne etwas anderes, aber ich weiß nicht was“.

11'59"

Im Endeffekt würde ich mir die Fragen stellen: Was liebe ich? Was mache ich gerne? Für wen würde ich das gerne machen? Mit wem will ich das machen? Und vor allem: Was kann ich auch gut? Das muss sich auch überschneiden: Für wen würde ich das gerne machen und was brauchen denn diese Leute, diese Kunden, diese Menschen? Was brauchen sie? Welche Probleme haben Sie? Dass ich dann ihnen Lösungen anbieten kann.

12'40"

Mein persönlicher Eindruck ist, dass Frauen eher dazu neigen, sehr selbstkritisch mit sich zu sein und ihre Stärken gar nicht zu erkennen oder zu perfekt sein zu wollen, aus welchem Grund auch immer. Wie siehst du das?

12'52"

Ich sehe das genauso. Tatsächlich. Es ist dieses Thema: „Perfekt zu sein“.
Sehr wichtig ist es da, sich Feedback zu holen. Wofür schätzen sie dich, die anderen? In welchen Themen kontaktieren dich andere? Sehr oft ist es so, dass Freunde und Bekannte dich um etwas bitten, von dem sie wissen, dass du das gut kannst.
Das ist zum Beispiel auch ein Indikator. Da gibt es so viele verschiedene Ansatzpunkte, wie man diese Stärken und Talente herausfiltern kann. Danach, aber muss man natürlich gucken: Was von den ganzen Stärken macht dir ja auch tatsächlich Spaß? Und wie kann ich das kombinieren? Wie entsteht etwas ganz Neues daraus? Es stimmt schon, es sind vor allem Frauen, die immer grübeln und mit sich selbst beschäftigt sind und sich nicht gut genug fühlen.
Das war bei mir auch so: Hier noch eine Weiterbildung machen, noch dieses Buch lesen. Im Endeffekt war es so: „Je mehr ich weiß, umso mehr habe ich das Gefühl, dass ich nichts weiß“. Man kann nicht alles wissen. Und dessen muss man sich bewusst sein: Was ich schon alles weiß und wofür ich geschätzt werde.

14'31"

Das heißt, du würdest den Frauen eher sagen: „Jetzt ist genug gelernt. Du hast alles, geh los“.

14'36"

Genau, wir können gerne aufschreiben, was du noch alles lernen willst. Aber nur wenn du los gehst und anfängst, merkst du, was dir fehlt.
Sehr viele lernen und lesen ja auf Vorrat, ohne es anzuwenden. Das ist Zeitverschwendung. Das Lernen ist im Prinzip auch eine Ausrede, um nicht den Schritt in die Selbständigkeit zu wagen. Denn „Ich muss ja lernen“, da ist versteckte Angst, die einen davon abhält, aktiv zu werden. Dabei müssen das keine großen Schritte sein. Selbstständigkeit schreckt ab. Man kann dieses Vorhaben aber in kleine Stückchen schneiden und sich ja auch erst einmal ausprobieren. Testen, anbieten, ausprobieren. Und wenn etwas nicht klappt, korrigieren. Und prüfen, ob es Spaß macht. Dann kann es auch nicht zu bösen Enttäuschungen kommen.

16'11"

Jetzt bist du ja schon ziemlich weit in deiner persönlichen Entwicklung und auch in deiner professionellen Entwicklung. Da hast du eine relative Klarheit geschaffen. Aber den Kurs hier, den du gegeben hast, das sind ja alles Frauen, die sehr am Anfang stehen. Wie hast du diese Frauen erlebt? Und mit welchen Fragen wurdest du so konfrontiert?

Folge #7 Irina Gelwer

16'28"

Ich muss gestehen: Ich war auch sehr aufgeregt. Das ist nämlich ein Kurs, den ich ja selbst kreiert habe. Aus ganz verschiedenen Quellen und auch aus meiner Erfahrung. Und dann kamen auch solche Gedanken hoch „Du nimmst dir das Recht, dich Dozentin zu nennen“. Dann habe ich aber wiederum gedacht „Nein, du bist hier richtig, du hast die Erfahrung, du hast das Wissen und du kannst etwas weiterzugeben“.

Dann kam Corona und aus dem Präsenzkurs wurde ein Onlinekurs. Diese Krise eröffnete auch für mich neue Möglichkeiten. Denn wäre Corona nicht, hätte es nicht so schnell einen Onlinekurs gegeben. Das war auch für mich ein Wachstumsschritt.

Was die Frauen im Kurs betrifft, waren sie sehr unterschiedlich. Manche sind schon selbstständig, manche haben gerade die Idee und planen. Die meistgestellte Frage war „Wie bringe ich alles unter einen Hut?“. Und Sie haben das sehr geschätzt, dass ich bei der Business-Planung das gesamte Leben eines Menschen, einer Frau mitberücksichtige. Wir haben also nicht nur die Selbstständigkeit geplant, sondern auch, was es für einen als Privatperson bedeutet. Du hast deine Kinder, vielleicht einen Partner, vielleicht hast du noch einen Teilzeitjob. Du hast ja deine, Freunde, denen du dich widmen willst. Gesunde Ernährung ist auch wichtig. Wir wollen auch noch Sport machen.

Das alles zusammengenommen ist schon fast ein Job für sich. Klar bringt man über eine gewisse Zeit Opfer, arbeitet die ganze Zeit, weil man so fokussiert ist. Aber wenn das zu einem Dauerzustand wird, dann brennt man aus und geben dann vielleicht am Ende auf. Und das wäre schade, wenn die Ideen und Träume verloren gehen. Daher berücksichtige ich auch diese Fragen: Wie bleibe ich flexibel und spontan?

Wir haben ja gesehen, wie in 2020 von einem Tag zum anderen sich alles verändert hat. Das heißt aber nicht, dass man nicht planen soll. Der Plan soll einfach genug Spielraum lassen.

Und das ist die Frage: Wie bleibe ich flexibel? Wie werde ich meinen anderen Verpflichtungen gerecht und lebe dennoch ein erfülltes Leben?

19'52"

Was ich ja ganz toll finde, ist, dass du das den Teilnehmerinnen mitgegeben hast, gerade auch Flexibilität. In Zeiten von Corona, ist das etwas, auf das man sich einstellen muss. Aber im Grunde traf dich das Ganze genauso. Es hat dich ja auch von einem Tag zum anderen voll erwischt.

20'06"

Ich habe auch meine Pläne schnell angepasst. Ich habe eine Tochter, sie ist vier Jahre alt und auf einmal war die Kita geschlossen. Was machst du dann? Du hast viel zu tun, du willst gerade starte. Wir mussten lernen, damit umzugehen und neue Lösungen zu schaffen. Das war wirklich eine Herausforderung.

20'30"

Was würdest du denn grundsätzlich Frauen raten, die sich selbstständig machen wollen?

20'33"

Ich würde sagen, dass eines der wichtigsten Dinge ist: Ein Netzwerk mit Gleichgesinnten, das dir Unterstützung bietet. ISI ist eine super Plattform, bietet einen sicheren Rahmen, wo man sich austoben und ausprobieren kann. Hier sind Frauen, die haben ähnliche Herausforderungen, ähnliche Geschichten und Hintergründe und das stärkt einen ungemein. Und zum anderen würde ich raten, sich ständig weiterzubilden. Aber gleichzeitig dieses Wissen nicht in die Schublade zu schieben, sondern gleich zu testen, auszuprobieren.

Folge #7 Irina Gelwer

Hier bei ISI kann man ja viele Kurse besuchen, ausprobieren und sich in der Gemeinschaft gegenseitig mit Ideen befruchten, indem man sich austauscht und die gegenseitigen Produkte und Ideen testet und Feedback holt. Und genau das ist in der Pilotphase einer Selbständigkeit wichtig. Also zwei Dinge: Sich ausprobieren in einem sicheren Rahmen, erst einmal klein, bevor man groß wird, und sich mit Gleichgesinnten in einem Kreis treffen.

22'04"

Das findet man hier bei ISI auf jeden Fall: Gleichgesinnte treffen, Netzwerken, sich austauschen und weiterbilden. Und man kann dich dann auch persönlich kennenlernen, wenn man hier einen Kurs wahrnimmt. Und damit sind wir schon am Schluss dieser Podcast Folge. Ich danke dir sehr herzlich, Irina, dass du dabei warst.

Wenn Sie Lust haben, sich weiterzubilden, dann schauen Sie gerne auf die Internetseite von ISI und zwar ist das isi-ev.de. Da finden Sie alle Informationen, auch über Irina.

Vielen Dank.

22'34"

Dankeschön, es hat mich sehr gefreut. Danke.

Ein Podcast von I.S.I. e. V. | Interviews von/mit Sou-Yen Kim | Schnitt und Postproduktion von Angelica Germanà Bozza