

## „Frauen fordern oft zu wenig“



Sabine Asgodom's Rezept für (beruflichen) Erfolg: Eine Mischung aus Forscherheit und Vernunft.

Foto: Asgodom

### ZIEL UNTERNEHMERIN

Sabine Asgodom ist am Donnerstag, 17. Juli, Gast beim Unternehmerinnentag des rheinland-pfälzischen Wirtschaftsministeriums und der Investitions- und Strukturbank (ISB) in Mainz. Ihr Vortrag steht unter dem Motto „Unabhängig, selbstbestimmt, selbstständig – Weg zum Ziel ‚Unternehmerin‘“. Weitere Informationen unter [www.isb.rlp.de](http://www.isb.rlp.de).

Von den 135 000 Unternehmen, bei denen bis 2018 ein Chefwechsel ansteht, haben 6200 ihren Sitz in Rheinland-Pfalz und 10 600 in Hessen.

### SELBSTSTÄNDIGKEIT Sabine Asgodom will als Coach und Autorin Mut machen: Eigenlob stimmt

MAINZ/WIESBADEN. Chefs gesucht: Nach Zahlen des Instituts für Mittelstandsforschung in Bonn steht in 135 000 Unternehmen in Deutschland in den nächsten vier Jahren ein Generationswechsel an. Sabine Asgodom, Management-Coach, Autorin und Hochschuldozentin, will vor allem Frauen dazu animieren, die Selbstständigkeit als berufliche Option stärker zu verfolgen – sei es als Gründerin oder Nachfolgerin.

Frau Asgodom, wie sind Sie selbstständig geworden?

Ich habe mich quasi in die Selbstständigkeit „eingeschlichen“. Ich habe vor 22 Jahren neben meiner Festanstellung als Ressortleiterin Karriere bei der „Cosmopolitan“ angefangen Bücher zu schreiben. Dadurch kamen Anfragen für Vorträge und Workshops. Die habe ich an meinem freien Freitag (ich hatte eine Vier-Tage-Woche), am Wochenende oder an Urlaubstagen gehalten. Fast sieben Jahre lang habe ich so meine Selbstständigkeit aufgebaut. Als ich sicher war, es klappt – und meine Kinder aus dem Größten raus waren, habe ich mich getraut zu kündigen. Am 1. April 1999 habe ich mein Unternehmen „Asgodom Live“ in München gegründet. Ich empfehle meinen Coachingkunden übrigens auch heute noch, erst einmal in die Selbstständigkeit „hineinzuschnuppern“.

Sie gelten als Erfinderin der Selbst-PR und sagen „Eigenlob stimmt“. Warum?

1993 habe ich in einem Buch erstmals den Begriff „Selbst-PR“ geschrieben, den gab es bis dahin noch gar nicht. Und mit meinem Buch „Eigenlob stimmt – die Kunst der Selbst-PR“ habe ich 1996 den Begriff dann wirklich populär gemacht. Er passte genau in die Zeit. Es reichte schon damals

nicht mehr, nur gut zu sein. Es wurde immer wichtiger, dies auch zu signalisieren. Sichtbar zu werden, wie ich es heute nenne. Das gilt ganz besonders für Freiberufler und Selbstständige: Du kannst noch so gut sein – wenn dich keiner kennt, bekommst du keine Aufträge.

Sie wollen „Mut zum Erfolg“ machen. Ist es richtig, dass gerade Frauen dieser Mut oft fehlt?

Mut kann man nie genug haben. Aber ja, ich beobachte, dass Frauen oft noch zögerlicher sind, sich selbstständig zu machen. Sie haben bekanntlich den „Weitblick“, und sehen so sehr viel mehr „Aber“ als ein Mann mit seinem „Tunnelblick“. Außerdem ermutige ich zum großen Ziel. „Think Big“ sagen die Amerikaner. Frauen vergessen beim Businessplan manchmal sogar, ihr eigenes Gehalt mit einzurechnen. Meine Erfahrung nach 20 Jahren Erfolgs-Coaching: Erwartest du wenig, bekommst du wenig. Erwartest du viel, bekommst du mehr. Also, wenn eine Frau nur darauf hofft, ihr Auskommen zu haben, wird sie auch gerade das erreichen. Deshalb ist die Preisgestaltung auch so wichtig. Frauen fordern oft zu wenig.

Was machen Männer besser?

Männer trauen sich oft mehr. Verlangen mehr Geld als Frauen – und bekommen es meistens auch. Männer nehmen oft mutiger Aufträge an und sagen „Ach, das schaffen wir schon“. Sie sind aber auch meist risikofreudiger – es scheitern mehr Gründungen von Männern als von Frauen. Man sieht – eine gute Mischung aus Forscherheit und Vernunft macht erfolgreich.

Ihr neues und immerhin 30. Buch heißt „Der süße Duft des Erfolgs: Souverän auf eigenen Wegen“. Sie sprechen darin von der Leichtigkeit, mit der man Ziele verfolgen und erreichen sollte. Der Alltag fühlt sich aber oft ganz anders an – wie kann man solche Leichtigkeit erlangen?

Leichtigkeit schaffen wir, wenn wir hinderlichen Ballast abwerfen wie Selbstzweifel oder einen überstrengen „Inneren Kritiker“. Hilfreich dabei ist das Wissen um die eigenen Stärken, Freude am Tun, es sich gut gehen lassen, gute Beziehungen zu anderen Menschen pflegen und – Dankbarkeit. Studien haben ergeben, dass Dankbarkeit glücklich macht. Und zwar vor allen den, der sich bedankt. Also, vielen Dank für dieses Interview.

Das Interview führte Christiane Stein.