

For women only: Gruppencoaching in Bremen

An drei Freitagen im Jahr verändert sich per Klingeldruck das Leben von zehn bis 14 Existenzgründerinnen im Land Bremen: Sie haben sich entschieden, an einer Coachingreihe bei belladonna, dem Kultur- und Bildungszentrum für Frauen, teilzunehmen. Damit lassen sie sich auf den mitunter schwierigen Prozess ein, ein Unternehmen zu gründen. Im Fahrwasser der Existenzgründung werden sie Unsicherheiten erleben und sich dem Auf und Ab stellen.

Knapp fünf Monate später am Ende der Coachingreihe werden sich die gleichen Frauen umarmen, sich alles Gute wünschen und mit fröhlichem Gelächter und voller Selbstvertrauen ihr Unternehmen in Schwung bringen. 80 Prozent von ihnen werden erfolgreich und nachhaltig gründen, besagt eine Auswertung. Das Handwerkszeug dazu erhalten sie bei belladonna.

Wegbereiterin in Deutschland

belladonna bietet inzwischen knapp 20 Jahre lang Kultur- und Bildungsveranstaltungen an. Seit 2001 gehört eine bundesweit einmalige Veranstaltungsreihe dazu: Gründungs- und Aufbau-Coachingreihen ausschließlich für Frauen. Insgesamt 13 Reihen haben inzwischen mit großem Erfolg stattgefunden, auch in diesem Jahr sind drei weitere geplant.

Erfolgsmodell mit Nachhaltigkeit

Die Coachingreihen sind speziell auf die Bedürfnisse von Gründerinnen und bereits Selbstständigen abgestimmt. 140 Frauen haben sie in den letzten sieben Jahren genutzt, um ihre Existenz auf sichere Füße zu stellen oder deren Fortbestand zu sichern. Die große Mehrzahl der Frauen schätzt die Möglichkeit, sich ausdrücklich unter Frauen zu qualifizieren. Sie genießen die Solidarität untereinander und den respektvollen Umgang, so das Ergebnis unserer internen Umfrage.

Thematisch beinhaltet die Coachingreihe für Existenzgründerinnen fünf Grundseminare und mindestens zwei Wahlseminare. Das bedeutet geballtes Wissen an mindestens zehn Seminartagen, die sich über einen Zeitraum von circa fünf Monaten erstrecken:

1. Start-up-Seminar (Profilanalyse, Unternehmerinnenpersönlichkeit)
2. Unternehmerisches Know-how (Businessplan, Kostenkalkulation, Liquidität)
3. Marktanalyse/-chancen und Präsentation des eigenen Angebots
4. Erfolgreiche Akquise
5. Verhandlungen mit Geldgebern und Umgang mit Akzeptanzproblemen

Die vier Wahlseminare beinhalten:

1. Unternehmensgründung in Verbindung mit Familienarbeit
2. Buchführung
3. Selbstmanagement und Arbeitsorganisation
4. Rechtliche Rahmenbedingungen (AGB, Vertragsgrundlagen)

Auch die Aufbau-Coachingreihe zur Existenzfestigung – zwei Seminare an insgesamt vier Tagen – bietet Jungunternehmerinnen viel Stoff zum Umsetzen:

1. Marktanalyse und Akquise-Strategien
2. Umgang mit Kundinnen und Kunden (Beschwerden, Kundenbindung und -akquise)
3. Selbstsicheres Auftreten im Geschäftsleben (Präsentation, Verhandlungskompetenz)

Die Frauen nutzen den langen Zeitraum, den sie während der Seminarreihen miteinander verbringen, um sich intensiv auf ihre Gründung vorzubereiten. Sie schätzen nach eigenen Aussagen die Zeit als Prozess, Klarheit zu erlangen, eigene Stärke zu gewinnen und ein Netzwerk aufzubauen. Andere durchleuchten ihr bestehendes Unternehmen und finden Potenzial, die Geschäftsidee zu erweitern.

Voneinander lernen, den Rücken stärken

Die Teilnehmerinnen sind meist in unterschiedlichen Gründungsstadien. Dadurch erhalten sie die Möglichkeit, aus den Fragestellungen oder Problemen anderer zu lernen, die eine einzelne Frau für sich noch nicht entdeckt hat. Somit sei das Lernen in der Gruppe meist komplexer als im Einzelcoaching, resümiert die Trainerin Sabine Klenke. Auch die beruhigende Erkenntnis, mit der neuen Situation nicht allein zu sein, könnten die Teilnehmerinnen in der Gruppe hautnah erleben, so Marina Ciglar, Trainerin für unternehmerisches Know-how.

Probelauf im geschützten Rahmen

Wer hinter den einzelnen Seminaren Vorträge mit Diskussionsanteil erwartet, wird bei den Coachingreihen enttäuscht. Natürlich gibt es auch „Inputs“ der Trainerinnen, aber größer wird der kollegiale Austausch sowie Learning by Doing geschrieben. In kleinen Gruppen oder auch einzeln werden Aufgaben bearbeitet, in der großen Runde präsentiert und auch hinterfragt. In der internen Umfrage bestätigen die Frauen, dass sie Selbstvertrauen gewinnen. Sie finden es positiv, dass sie eine realistische Selbst- und Markteinschätzung erlernen.

belladonna

Kultur-, Kommunikations- und Bildungszentrum für Frauen e.V.
Sonnenstraße 8, 28203 Bremen
www.belladonna-bremen.de

Netzwerkarbeit steht obenan

Auch in den zeitlichen Abständen zwischen den einzelnen Grundseminaren wird die Gruppenarbeit gefördert. Die Teilnehmerinnen treffen sich in Peer-Groups (drei bis vier Frauen) und bearbeiten die Aufgabenstellungen der Trainerinnen. Einige Gruppen bleiben in unterschiedlicher Zusammensetzung sogar noch Jahre nach Ablauf der Seminarreihe bestehen. Teilnehmerinnen berichten, dass sie sich mit anderen treffen, im E-Mail-Kontakt stehen und den Austausch als sehr bereichernd erleben.

belladonna stärkt mit der Abendveranstaltung „Netze knüpfen“, die ungefähr alle zwei Monate in den Seminarräumen stattfindet, den Zusammenhalt der „Existenzgründerinnen-Szene“. Ein Kurzvortrag sorgt für Informationen, der anschließende Austausch dient Kontakten und Geschäftsanbahnungen.

Natürlich ist auch belladonna Teil eines Netzwerkes: Von der Handelskammer in Bremen über die Partnerinnen im B.E.G.IN-Netzwerk bis zu Bremer Fraueninstitutionen – Kooperationen und gemeinsame Veranstaltungen werden im Stadtstaat großgeschrieben.

Coaching-Qualität garantiert

Für die Coachingreihen konnte belladonna langfristig sieben hoch qualifizierte Trainerinnen und Coachs gewinnen, die schon seit Jahren mit Existenzgründerinnen und Jungunternehmerinnen erfolgreich arbeiten. Alle haben in Bremen eigene Betriebe aufgebaut und die schwierige Zeit der Gründung selbst erlebt. Sie sind mit viel Herzblut bei der Sache: Es mache ihnen immer wieder Freude, engagierte und hoch motivierte Frauen bei der Gründung zu unterstützen, berichten die Coachs. Gesellschaftlich gesehen wachse das Selbstbewusstsein aller Frauen durch die hohe Anzahl der Existenzgründungen.

Die Teilnehmerinnen können sich auf die fachliche Qualität der Fachfrauen verlassen. Ein anonymer Bewertungsbogen am Ende eines jeden Seminars offenbart Stärken und Schwächen jeder Trainerin. Mit dem Ergebnis: Die Referentinnen werden sehr gelobt.

Das Land Bremen hilft gründen

Eingebettet in das Beratungsangebot des Bremer Gründungsnetzwerkes B.E.G.IN, sind die Coachingreihen ein Indiz dafür, wie ernst es das Land Bremen mit der Wirtschaftsförderung von Frauen meint. Teilnehmerinnen der Coachingreihen aus Bremen und Bremerhaven erhalten vom Senator für Wirtschaft und Häfen aus Fördermitteln des Landes Bremen einen Zuschuss von 60 Prozent. Tania Neubauer, Gründungsberaterin der B.E.G.IN-Gründungsleitstelle, sieht die Fördermittel gut

belladonna

Kultur-, Kommunikations- und Bildungszentrum für Frauen e.V.
Sonnenstraße 8, 28203 Bremen
www.belladonna-bremen.de

investiert. Die Praxis zeige, dass sich eine intensive Vorbereitung und Analyse später auszahlen würden. Gute Vorbereitung sichere ein besseres Überleben am Markt.

Blick in die Zukunft

belladonna ist seit Sommer 2006 die Regionalstelle der bundesweiten gründerinnenagentur (bga) für das Land Bremen. Das Vorhaben, ein Treffpunkt und Vernetzungsort für Gründerinnen und Jungunternehmerinnen zu sein, hat sich damit weiter verstärkt. Das gemeinsame Ziel von belladonna und der bga ist, ein gründerinnenfreundliches Klima in Deutschland zu schaffen bzw. zu verstetigen.

Gute Ideen sind willkommen: Erstmals initiiert belladonna als Netzwerkpartnerin von B.E.G.IN in diesem Jahr einen Wettbewerb um den Bremer Gründerinnenpreis.

Maren Bock
Geschäftsführerin von belladonna Kultur- und Bildungszentrum für Frauen e.V.
Sonnenstraße 8
28203 Bremen

Telefon 0421/ 703534
Fax 0421/ 703544
Web www.belladonna-bremen.de
E-Mail geschaeftsfuehrung@belladonna-bremen.de