

MOMENTE

WAS UNSEREN ALLTAG BEREICHERT



Visionsarbeit am Segelboot

Unternehmerinnen.segeln

In einer intensiven Workshop-Woche auf einer Segelyacht in Kroatien arbeiten Unternehmerinnen an ihren eigenen Konzepten und Visionen. Aber richtig gut werden Ideen erst, wenn man sie anderen erzählt. Jede an Bord ist Expertin, alle bringen Wissen und Erfahrungen mit. Angeleitet durch die Methode des „Friendly Feedback“ erhält jede Teilnehmerin unterstützende und ehrliche Rückmeldungen. Wir haben uns mit den Initiatorinnen von Unternehmerinnen.segeln getroffen und über ihr einzigartiges Projekt gesprochen. Mehr dazu auf den folgenden Seiten.

Frauenpower

AUF SEE

Zusammen mit SeeFrauen fand im September 2018 „Unternehmerinnen.segeln“ – eine Segelwoche für Unternehmerinnen – das erste Mal statt. Mit dem Ziel, gemeinsam zu netzwerken und an eigenen Zielen zu arbeiten. Und das alles auf einem Schiff. Vor Kroatien.

Redaktion Elisabeth Trauner Fotos Plussumme, Thomas Kirchmaier

Vivienne Kaier und Julia Schratz (Plussumme Training und Consulting) sowie Veronika Steger (see-frauen.at) arbeiten in unterschiedlichen Konstellationen seit vielen Jahren zusammen. Als Trainerinnen und Unternehmerinnen bringen sie mit der Segelwoche ihr Know-how gemeinsam aufs Schiff, mit dem Ziel, Unternehmerinnen von den ersten Träumen und Visionen zu konkreten Strategien und Maßnahmen zu ihrem individuellen „Fahrplan“ zu verhelfen. Wir haben uns mit zwei der Gründerinnen, Vivienne Kaier und Julia Schratz, getroffen und über das in Österreich einzigartige Projekt gesprochen.

look! Salzburg: Netzwerken und Segeln – eine spannende Kombination. Wie seid ihr auf diese Idee gekommen?

Julia Schratz: Nach langen Überlegungen und Vorbereitungen zusammen mit der „Seefrauen“-Gründerin Veronika Steger haben wir Schritt für Schritt das Projekt ausgearbeitet. Wir wollten Unternehmerinnen, also denjenigen, die gerade am Anfang stehen, aber auch jenen Frauen, die einfach einen Perspektivenwechsel in ihrer Branche brauchen, durch diese Segelwoche eine Möglichkeit bieten, sich mit anderen Unternehmerinnen auszutauschen, Erfahrungen zu sammeln und sich weiterzuentwickeln.

Vivienne Kaier: Wir waren insgesamt sechs Frauen auf dem Schiff: Zwei Unternehmerinnen aus Salzburg, eine aus Wien – und wir drei Initiatorinnen. Ziel dieser Segelwoche ist es, von den ersten Träumen und Visionen eigene Strategien und Maßnahmen zu erarbeiten, sodass am Ende der Woche jede für sich weiß, welche notwendigen Schritte zu setzen sind. Sozusagen einen „Fahrplan“ für sich selbst zu entwickeln. Veronika, Julia und ich haben den Prozess dabei begleitet und sind unterstützend zur Seite gestanden. Wobei wir uns alle gemeinsam, die auf dem Boot sind, als Profis ansehen, die sich untereinander austauschen und helfen.

Wie sieht so eine Segelwoche aus? Was erwartet die Teilnehmerinnen?

Julia Schratz: Unser Ziel ist, dass alle Teilnehmerinnen am Ende der Woche das Boot mit ihren eigenen, individuellen Strategien verlassen. Wir haben diese einzelnen Schritte aufgebrochen. So war bei unserer Segelwoche beispielsweise am ersten Tag die Überlegung: Was braucht es, um an das Ziel zu kommen? Aufgebaut wurde das Ganze anhand fünf Schritten: Träume – Visionen – Ziele – Maßnahmen und Strategien.

Vivienne Kaier: Ich liebe Yoga und habe deshalb jeden Morgen auf dem Boot mit allen Teilnehmerinnen eine Yoga-Session abgehalten. Um unsere Energien zu sammeln, Ruhe zu bekommen. Danach ging es weiter mit einer Reflexion – mithilfe von Fragestellungen an sich selbst, um eigene Gedanken zu bündeln. Das soll helfen, im eigenen Thema anzukommen.

Julia Schratz: Und danach war ganz wichtig: ins Wasser zu springen! Es geht ums Arbeiten. Und Urlaub ist ein netter Nebeneffekt. Sich wohlzufühlen, durchzuatmen. Schwimmen war ein wichtiger Bestandteil dieser Woche. Wir hatten übrigens auch wunderschönes Wetter letztes Jahr.

„
Die Weite, der
Horizont und die
Perspektive, die
man auf dem Se-
gelschiff erlebt, ma-
chen frei im Kopf.

Julia Schratz

Vivienne Kaier: Je nach Wind und Wetter sind wir gesegelt, auch die Nicht-Seglerinnen haben das Segeln ausprobiert. Das war der Action-Part! Oder wir haben am Vormittag eine Einheit mit Übungen und Methoden

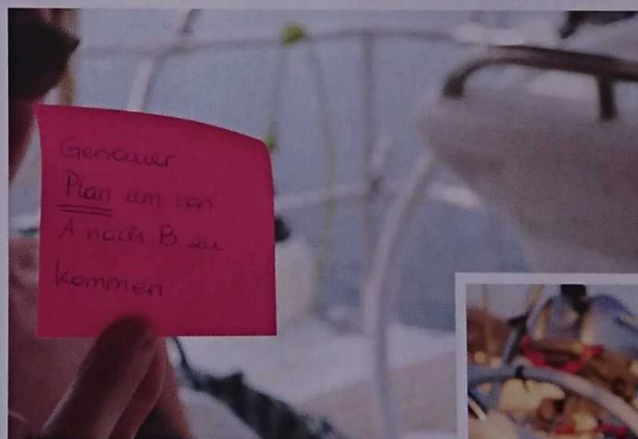
Eine Teilnehmerin hat sich später zu einem Kurs angemeldet.

Julia Schratz: Da geht es um das Überwinden, etwas zu tun. Durch diese Woche hat sie den Antrieb dazu bekommen. Es ist schön anzusehen, wenn etwas aufgeht.

Gibt es etwas, das ihr als Initiatorinnen ebenfalls mitnehmen konntet?

Vivienne Kaier: Neben dem Austausch mit den anderen, der positiven Energie und den Ideen, dem Zusammenhalt untereinander innerhalb kürzester Zeit haben wir für uns irrsinnig viel gelernt. Zum Beispiel kann man sich durch kreative Ideen und Herangehensweisen von einem Bild lösen und ein neues entstehen lassen. Dazu waren die Schreibübungen von Veronika ein ganz neuer Zugang für mich. Und natürlich sind wir stolz darauf, dass unser Projekt so gut funktioniert hat, das wünschen wir uns für die weiteren Segelwochen auch.

Julia Schratz: Für mich war das Beindruckende zu sehen, dass Frauen dazu bereit sind, sich auf ganz viel einzulassen und null Konkurrenzdenken entsteht. →



NETZWERKEN AUF SEE.

Eine Woche lang können sich Unternehmerinnen austauschen und in ihrem Bereich weiterentwickeln.

verbracht. Zum Beispiel mit kreativem Schreiben, um innovative Prozesse anzuregen.

Julia Schratz: Jede der Teilnehmerinnen kann einbringen, worauf sie Lust hat, niemand wird zu etwas gezwungen. Man kann sich auch einmal zurückziehen, wenn man etwas für sich alleine sein möchte.

Welche Rückmeldungen gab es von den Teilnehmerinnen nach der Segelwoche?

Vivienne Kaier: Wir haben sehr erfreuliche Rückmeldungen bekommen.





POWERFRAUEN.

Veronika Steger, Vivienne Kaier und Julia Schratz sind die Initiatorinnen von Unternehmerinnen.segeln.

Ganz nach dem Motto: „Ich bringe mich weiter, weil ich dich weiterbringe.“ Das Kooperative war unglaublich schön zu sehen in unserer ersten Segelwoche. Und die Bereitschaft, Zeit miteinander zu teilen.

Worin seht ihr den größten Unterschied zwischen einem Seminar in einem geschlossenen Raum zu einem Workshop auf einem Segelboot?

Vivienne Kaier: Es gibt hier einen enormen Unterschied! Die Motivation, das positive Umfeld. Leute, die man trifft, die man sonst nie kennengelernt hätte. Und das „Wegsein“. Das Loslassen vom Alltag und vom Ballast. Auf dem Segelboot liegt der Alltag hinter einem.

Julia Schratz:

Es ist vor allem dieses „Alltag-Zurücklassen“. Wir waren teilweise für einige Stunden ohne Handyempfang. Im Großen und Ganzen war der Alltag nicht dabei. Die Weite, der Horizont, die Perspektive, die man auf dem Segelschiff erlebt, macht frei im Kopf – im Handeln, im Denken, im Miteinanderarbeiten.

„Wir versuchen mit unserem Projekt, Frauen dazu zu motivieren, sich selbst bewusst zu werden.“

Vivienne Kaier

Vivienne Kaier: Auch die Tagesabläufe, das heißt, miteinander kochen, essen, segeln – das alles schweift zusammen. Das Thema „Weiblichkeit“ war ebenfalls spannend. Als Frauencrew aufzutreten ist einzigartig! Es ist etwas ganz Besonderes!

Welche Ratschläge könnt ihr Unternehmerinnen geben?

Vivienne Kaier: Ein sehr guter Leitsatz, der mir als Unternehmerin geholfen hat, ist „Vertrau dir, deiner Intuition“. Weil uns Frauen oft eingeredet wird, dass man zu schwach ist oder etwas zu risikoreich wäre. Wir versuchen mit unserem Projekt, Frauen dazu zu motivieren, sich selbst bewusst zu werden, zu schauen, was man kann.

Nicht auf das, was man nicht kann.

Julia Schratz: Für mich zählt die Devise „Ich bin gut, wie ich bin!“. Was zeichnet mich aus? Wichtig ist, sich zu überlegen, was das persönliche Alleinstellungsmerkmal ist. Nach dem Segeltörn letztes Jahr hat man gemerkt, dass die Teilnehmerinnen selbstbewusster auftraten.

KURZPORTRÄTS

Veronika Steger:

Gründerin von SeeFrauen.at. Skipperin, Trainerin, Lehrbeauftragte an der Universität Innsbruck und Schreibtrainerin. Am Wasser hat sie über 28.000 Meilen Segelerfahrung, drei Mal den Atlantik überquert und diverse Regatten bestritten. Sie hat acht Monate auf einem Segelschiff gelebt und ist damit von Kroatien in die Karibik gesegelt. Zu Land entwickelt sie Trainings- und Workshopkonzepte zu den Schwerpunkten Gender, Diversity und Schreiben.

Vivienne Kaier:

Hat Kommunikationswissenschaften und Russisch studiert und ist seit über 15 Jahren in Gastronomie und Tourismus tätig. Seit mehreren Jahren führt sie in Salzburg ein Innenstadthotel. Die durch die Selbstständigkeit gewonnene Expertise bringt sie mittlerweile in das gemeinsam mit Julia Schratz gegründete Unternehmen Plussumme ein und gibt in dessen Rahmen ihr Wissen und ihre Erfahrung als Unternehmensberaterin weiter.

Julia Schratz:

Ist promovierte Erziehungswissenschaftlerin und setzt sich insbesondere mit dem Begriff des Lernens auseinander. Sie hat eine innovative Methode entwickelt, die Lernprozesse in Unternehmen nachvollziehbar macht. Gemeinsam mit Vivienne Kaier hat sie Plussumme gegründet, um als Unternehmensberaterin, Trainerin und Speakerin in der Optimierung von (Kommunikations-) Prozessen zu wirken.

SEEFRAUEN UND PLUSSUMME: UNTERNEHMERINNEN. SEGELN 2019

Datum: 7.–14.9.2019

Ort: Kroatien, Region Biograd/Kornaten

Zielgruppe: Unternehmerinnen, die

- ihr Business neu ausrichten wollen,
- ihre unternehmerische Ist-Situation analysieren wollen, um neue Wege zu beschreiten,
- in oder vor der Gründung stehen.

Info & Anmeldung: www.seefrauen.at