



SABINE ASGODOM

Die Autorin mehrerer Bestseller, zweifache Mutter und langjährige Leiterin des Ressorts „Karriere und Finanzen“ bei „Cosmopolitan“, gründete 1999 ihr eigenes Unternehmen „Asgodom live. Training.Coaching.Potenzialentwicklung“ in München. Sie arbeitet als Trainerin für Unternehmen, Verbände und Seminaranbieter, coacht Führungskräfte aus Politik, Wirtschaft und Showbiz und tritt als

Toprednerin auf Kongressen und Veranstaltungen in Deutschland, der Schweiz und Österreich auf. Sie beschäftigt sich mit den Themen Potenzialentwicklung, professionelle Selbst-PR, PR-Planung für Unternehmen, Gelassenheit im Beruf, Ausstrahlung und Wirkung, Erfolg mit allen Sinnen sowie Mentoring und Balancing.

www.asgodom.de

Fotos: Sabine Asgodom

Das hat mehrere Gründe. 1. Grund ist der Selbstzweifel, der sehr stark ist bei Frauen. 2. Grund ist Treue. Sie sind im Job viel treuer als Männer. Frauen hängen z.B. an netten Kollegen oder bleiben aus Gewohnheit. Männer sagen: Ich komm hier nicht weiter, ich muss weg. Ein weiterer wichtiger Grund ist fehlende Mobilität.

Wie wichtig ist es für Frauen, Karriere zu machen?

Für mich ist immer die eigene Zufriedenheit der Maßstab. Wenn ich nur schufte wie ein Depp und dadurch aber keine Lebensfreude habe, muss ich es sein lassen. Vor 20 Jahren hab ich Frauen gepowert, dass sie alle Karriere machen und heute sag ich mir: Es ist nicht unbedingt ein Ziel, Karriere zu machen. Ich kenne sehr viele unglückliche Menschen, die Karriere gemacht haben, auch Männer. Das muss jeder für sich selbst entscheiden.

Was sind Ihrer Meinung die größten Stärken der Frauen und wie können sie im Berufsleben von diesen Stärken profitieren?

Die größten Stärken sind Integration und Mitfühlen. Außerdem haben Frauen den Weitblick, sagt man.

Wie wichtig ist die Schaffung von Netzwerken wie BPW (Business & Professional Women)?

Superwichtig! Laut einer Studie aus Amerika hängen 60 % des beruflichen Erfolges von Netzwerken ab und ich bin

überzeugt, dass das stimmt. D. h., man muss die wichtigen Leute im Unternehmen und außerhalb kennen. Wenn ich selbstständig bin, müssen die Kunden mich kennen. Frauen müssen sich viel mehr zeigen, um dieses Netzwerk aufzubauen und nicht warten, bis sie entdeckt werden.

Sie sind selbst Mutter zweier Kinder: Gab es Momente, in denen Sie selbst daran gezweifelt haben, dass sich Karriere und Familie vereinbaren lassen?

Eigentlich nie. Ich hatte einen sehr partnerschaftlichen Mann und das ist für mich die Grundvoraussetzung, dass es gut funktioniert. Deshalb rate ich Frauen immer: Schaut euch an, mit wem ihr Kinder habt! Coco Chanel hat mal gesagt: Frauen suchen sich ihre Nachthemden mit mehr Verstand aus als ihre Männer. Ich denke, man kann es Männern ansehen und im Gespräch herausfinden, ob sie die Hälfte übernehmen werden oder nicht. Hinterher darf man nicht maulen.

Sie wurden von der Internet-Plattform www.gluecksnetz.de zur ersten Glücks-Botschafterin ernannt. Wie gefällt Ihnen dieser „Botschafterinnen-Job“?

Super, weil Glück so ein schönes Wort ist, das in den letzten Jahrzehnten sehr unter die Räder gekommen ist. Da ging's nur noch um Profit und Ansehen ... das Glück ist dabei verloren gegangen. Ich hab in meinem neuen Buch „Lebe wild und unersättlich!“ einen Vergleich gemacht,

der mir selbst sehr gut gefällt: Wir stehen alle in einem Goldgräberfluss und suchen verzweifelt und starr nach diesem riesigen Goldklumpen, und während wir suchen, fließen Millionen von Glücksnuggets an uns vorbei, die wir gar nicht sehen. Ich empfehle immer wieder: Nehmt euer Sieb raus und sammelt die winzigen Glücksnuggets. Seid glücklich und steht nicht da und versucht, glücklich zu werden. Ich glaube, das ist der größte Fehler, den wir Menschen machen: Wir wollen glücklich werden und vergessen dabei, glücklich zu sein - jetzt, in dieser Sekunde.

Vielen Dank für das Gespräch.

NATASCHA GRABNER



BUCHTIPP:

Das neueste Werk von Sabine Asgodom: „Lebe wild und unersättlich! 10 Freiheiten für Frauen, die mehr vom Leben wollen.“ Kösel Verlag, ISBN-10: 346630735X (ab Mai 2007 auch als Hörbuch erhältlich)