



do care! – Praxishilfen:
Ihr Newsletter für
mehr Wohlbefinden im Job.



Dr. Anne Katrin Matyssek

do care!
Reichswaldallee 2
40472 Düsseldorf
T 0211 / 650 98 99
F 0211 / 650 90 53
info@mehr-wohlbefinden-im-job.de
www.mehr-wohlbefinden-im-job.de

1. Ausgabe (20. November 2008)

PERSÖNLICHES: Wie alles begann ...

Zehn Jahre bin ich nun schon im Geschäft – unglaublich! Und ein Anlass, um mal zurückzublicken: Wie hat es eigentlich angefangen?

Es war im Frühjahr 1998. Ich kam gerade heim von meiner Arbeit als Kindertherapeutin in Alsdorf-Busch (Sozialdienst Katholischer Frauen) und hörte meinen Anrufbeantworter ab. Darauf war ein Spruch, den ich noch zehn weitere Mal abhörte und auch auf Tonband aufnahm. Es klang ungefähr folgendermaßen:

„Guten Tag, mein Name ist Doris Schulze. Ich bin Sozialberaterin bei der Deutschen Telekom Aachen. Wir suchen jemanden, der im Herbst an unserem Gesundheitstag Vorträge zum Thema ‚Stressbewältigung‘ hält. Ich möchte Sie bitten, ein Angebot abzugeben.“

Die Volkshochschule Aachen (nochmals ein ganz herzlicher Dank an Frau Bärbel Leisten!) hatte mich empfohlen. Und ich sprang und hüpfte durch die Wohnung, weil ich sofort kapierte: Das ist der Anfang meiner eigentlichen Karriere! Und so kam es dann auch. Ich wollte immer schon Betriebliche Gesundheitsförderung machen (damals sprach noch niemand vom Gesundheitsmanagement), und nun hatte ich plötzlich meinen Fuß in der Tür eines Großunternehmens – unglaublich. Ich investierte eine ganze Woche Arbeitszeit in das Angebot. Es war ja schließlich das erste meines Lebens, und ich wollte den Auftrag unbedingt. Deshalb setzte ich auch das Honorar ganz niedrig an (für fünf Vorträge verlangte ich damals 600 DM inklusive MWSt. ...). Und tatsächlich: Ich bekam den Auftrag. Der Gesundheitstag und meine Vorträge wurden ein voller Erfolg. Es folgten unzählige Seminare und Vorträge zu Themen der Betrieblichen Gesundheitsförderung, zuerst primär für die Telekom, über die Jahre gesellten sich etliche weitere Unternehmen hinzu.

2002 spezialisierte ich mich auf das Thema „Gesund Führen“ – eine geniale Idee, denke ich im Nachhinein, aber damals auch ziemlich riskant, weil sich niemand etwas darunter vorstellen konnte). Die Nachfrage nach meinem 2tägigen Seminar entwickelte sich gigantisch. Dazu trugen auch die beiden Bücher bei: „Chefsache: Gesundes Team – gesunde Bilanz“ und „Führungsfaktor Gesundheit“. Mit der Zeit kamen drei Lizenznehmerinnen hinzu, weil ich die Nachfrage nach dem Seminar nicht mehr allein abdecken konnte. Ich halte ohnehin lieber Vorträge als Seminare: Da brauche ich nicht mehr so viel zu reisen (Frau wird ja nicht jünger), ich habe mehr Zeit für Bücher und für mein Privatleben, das ich zwischenzeitlich vernachlässigt hatte. Und als besonderes Bonbon hat das Gewerbeamt mir erläutert, dass ich als Freiberuflerin sehr wohl einen Shop eröffnen dürfe. Auf den bin ich nun besonders stolz. Falls Sie mal schauen mögen: Sie finden ihn unter www.mehr-wohlbefinden-im-job.de ...

Dass es mein kleines Geschäft inzwischen seit zehn Jahren gibt, finde ich selber unglaublich und bin gespannt, wie es weitergeht. Ich danke Ihnen allen für die vielen netten, konstruktiven und produktiven Kontakte in den letzten Jahren und hoffe, dass Ihnen mein Newsletter als Geschenk zum 10jährigen Bestehen gefällt. Ich wünsche Ihnen allezeit Wohlbefinden im Job!

Anne Katrin Matyssek