

# coaching heute®



**Hey Boss,  
ich brauch  
mehr Geld!**

Um in einem Jahr soviel zu verdienen wie ein Mann, muss jede Frau bis zum 20. März des Folgejahres arbeiten

**20. März  
Equal Pay Day**

Highspeed-Coaching für Frauen, die mehr Geld brauchen: Sabine Asgodom und Monica Deters starten Weltrekordversuch in Hamburg





# Willkommen

Am 20. März startet in Hamburg der erste Weltrekordversuch im kostenlosen Highspeed-Coaching. Mehr als 50 Coaches aus Deutschland, Österreich, der Schweiz und sogar eine Kollegin aus Schottland kommen nach Hamburg, um mindestens tausend Frauen in Sachen Gehalts- und Honorarverhandlung zu coachen.

Wie komme ich auf eine solch verrückte Idee? Am 20. März ist der Equal Pay Day, und schon im letzten Jahr habe ich das Symbol dieses Tages, eine rote Handtasche, in der Sendung „Maischberger“ gezeigt und auf den Tag hingewiesen. Am Equal Pay Day wird weltweit darauf aufmerksam gemacht, dass Frauen immer noch erheblich weniger als Männer verdienen – auch wenn sie die gleiche Arbeit verrichten. Und es wird gefordert, dass Frauen fair bezahlt werden. (Prominente Rednerin beim Equal Pay Day in USA war vorletztes Jahr Hillary Clinton, ein Video dazu finden Sie [http://campaigncircus.com/video\\_player.php?v=4822](http://campaigncircus.com/video_player.php?v=4822))

Für dieses Jahr habe ich mir überlegt, reden allein hilft nichts, fordern ist nicht genug, jammern bringt schon gar nichts – also müssen wir handeln. Und ich bin auf die Idee mit dem Weltrekordversuch im Highspeed-Coaching gekommen. Es musste etwas sein, das die Öffentlichkeit interessiert, viele Frauen erreicht und ein Signal setzt. Ich wusste, es würde eine Menge Arbeit auf mich zukommen. Aber da ich am 1. April 2009 das zehnjährige Jubiläum von Asgodom Live feiere, war es mir das wert, weil ich spannende Aktionen für 2009 haben möchte. Außerdem könnte ich das Highspeed-Coaching mit meiner Spendenaktion für Frauen in Eritrea verbinden. Frauen, die in den Genuss eines Highspeed-Coachings kommen, könnten eine Spende für ein Frauen-Bildungszentrum in Eritrea geben.

Als erstes habe ich beim BPW (Business and Professional Women), dem internationalen Frauenverband, der den Equal Pay Day in Deutschland eingeführt hat, angefragt, ob er Interesse hätte, mich bei dieser Aktion zu unterstützen. Die Hamburger Frauen des BPW waren sofort mit Feuereifer dabei, danke an die Vorsitzende des BPW Club Hamburg, Christiane Clobes.

Und danke besonders an Monica Deters, ebenfalls eine Hamburger BPW-Frau und Coachingkollegin. Monica hat sich als Organisatorin zur Verfügung gestellt. Danke, Moni, ohne dich hätte ich es nie geschafft! Gemeinsam haben wir den Weltrekordversuch beim Guinness World Records Büro in London angemeldet.

Dann habe ich bei einem Dutzend Coaches angefragt, ob sie Lust und Zeit hätten, mit-

zumachen. Diese haben wiederum ihre Netzwerke aktiviert – und schließlich waren es 56 (!) Kolleginnen und Kollegen, die bereit sind, am 20. März von sieben Uhr morgens bis sieben Uhr abends, natürlich verteilt und mit Pausen, beim Highspeed-Coaching mitzumachen.

Sie haben Aufträge verschoben und sich den Tag freigeschaufelt, sie verzichten auf ein Honorar und reisen auf eigene Kosten an – aus München, Edinburgh, Dresden, Zürich, Klagenfurt, Hannover, Frankfurt, Berlin, Stuttgart, Salzburg, Düsseldorf ... und natürlich aus Hamburg. Am Abend des 20. März werden wir alle zusammen feiern.

Sie finden die Namen und weitere Informationen über die 56 Coaches in diesem Magazin, mit Fotos, Adressen und ihren Begründungen, warum sie Highspeed-Coaching klasse finden und dabei sind.



**Der Senator für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz der Freien und Hansestadt Hamburg, Herr Dietrich Wersich wird am 20.03.2009 um 12.30 Uhr die Veranstaltung zum Equal Pay Day besuchen und ein Grußwort bzw. Statement zum Thema Entgeltgleichheit abgeben.**

Überhaupt: Netzwerke. Ich habe eine ungeheure Hilfsbereitschaft von Menschen erlebt, die den Aufruf für unseren Weltrekordversuch in ihren Netzwerken weitergegeben haben. Ihnen allen ein herzliches Dankeschön! Ein Beispiel: Prof. Lothar J. Seiwert hat den Aufruf in seinen Newsletter aufgenommen, der an mehr als 50 000 Bezieher geht, Xing-Gruppen wurden angeschrieben und Frauen in Hamburg als Coachees aktiviert. Ich bekam die Gelegenheit, den Aufruf im NDR und in einer Sendung bei RTL zu promoten. Die Working@Office machte ihre Leserinnen genauso auf unsere Aktion aufmerksam wie managerSeminare, andere Frauennetzwerke wie das EWMD und der Journalistinnenbund aktivierten ihre Mitglieder.

Der Kösel-Verlag hat uns 1000 Kalender „Lebe wild und unersättlich“ kostenlos zur Verfügung gestellt, die wir an die Teilnehmerinnen verteilen können. Danke, Frau Wouters.

Ein besonderer Dank gilt Siegfried Brockert, der die Arbeit an unserem neuen Internet-Magazin „coaching heute®“ unterbrochen hat, um diese Sonderausgabe für uns zu gestalten. Danke auch an unseren Grafiker Philipp, der seine Wochenenden geopfert hat, und an Charlotte, die uns in der letzten heißen Phase geholfen hat, alle Informationen zusammenzustellen.

Wir holen den Rekord!

Ihre

*Sabine Agoston*

## Grußwort zum Coaching am Equal Pay Day 2009

### Christiane Clobes

**D**er BPW Germany Club Hamburg e. V. freut sich, anlässlich des Equal Pay Days 2009 den Weltrekordversuch im Highspeed-Coaching in Sachen Gehaltsverhandlungen für Frauen gemeinsam mit Sabine Asgodom durchzuführen. BPW steht für Business and Professional Women Germany e.V (www.bpw-germany.de). Mit 39 Clubs und mehr als 1.750 Mitgliedern sind die Business and Professional Women (BPW) Germany eines der größten und ältesten Berufsnetzwerke für Frauen in Deutschland. Der gemeinnützige Verband unterstützt berufstätige Frauen auf vielfältige Weise: Neben persönlichem Austausch, Vorträgen, Tagungen und Mentoring leistet das Netzwerk politisch-gesellschaftliche Lobbyarbeit auf nationaler und internationaler Ebene. Der BPW Germany kooperiert mit Wirtschaft, Medien und Politik und unterstützt seine Partner in Fragen der Unternehmensverantwortung und Chancengleichheit im Beruf. BPW ist Mitglied in der International Federation of Business and Professional Women.



Als Netzwerk, das die Interessen der berufstätigen Frauen vertritt, ist es eines unserer Kernanliegen, dass Frauen auch den gleichen Lohn für gleichwertige Arbeit erhalten. Insofern setzen wir uns mit ganzem Herzen dafür ein, dass der Equal Pay Day zukünftig früher im Verlauf des Jahres stattfinden wird, denn er kennzeichnet den Tag, an dem Frauen das gleiche verdient haben wie Männer im Vorjahr. Mittelfristig ist der 31.12. eines Jahres anzustreben, das würde bedeuten, dass Frauen fair bezahlt werden. Ganz so wie es in einem Buch von Sabine Asgodom heißt – Greif nach den Sternen!

Zurzeit bleibt in Bezug auf die Entgeltgleichheit jedoch noch viel zu tun. Das betrifft natürlich in erster Linie die Frauen selbst, die ihre berechtigten Forderungen nach mehr Gehalt durchsetzen müssen. Im weiteren Sinn muss jedoch auch die Familienarbeit eine entsprechende gesellschaftliche Akzeptanz finden. Die Einführung von „Vätermonaten“ in der Elternzeit ist ein Schritt in die richtige Richtung. Das Highspeed-Coaching kann den Frauen bei der richtigen Strategie helfen, wenn Gehaltsverhandlungen anstehen. Nicht nur Sabine Asgodom, Monica Deters und die vielen anderen Coaches, sondern auch der BPW Germany Club Hamburg wollen sie gern dabei unterstützen.

An dieser Stelle bedanke ich mich im Namen des BPW Germany Club Hamburg e.V. herzlich bei Frau Asgodom als Initiatorin des Projektes, Monica Deters als Coach und Organisatorin, den Coaches, die das Projekt unentgeltlich unterstützen, der Büchergilde Hamburg (www.buechergilde-hamburg.de) für die Organisation des Büchertisches, den Sponsoren

Christa-Marie Münchow: [www.all-connecting-business.de](http://www.all-connecting-business.de)

tausche: [www.tausche-berlin.de](http://www.tausche-berlin.de)

allesklar: [www.allesklar-verleih.de/de/home/hamburg/home](http://www.allesklar-verleih.de/de/home/hamburg/home)

Karriereschmiede Hamburg: [www.hamburger-karriereschmiede.de](http://www.hamburger-karriereschmiede.de)

Ringhotel Ahrensburg: [www.ringhotel-ahrensburg.de](http://www.ringhotel-ahrensburg.de)

Und natürlich allen freiwilligen Helferinnen.

Christiane Clobes

Kommissarische 1. Vorsitzende  
BPW Germany Club Hamburg e. V.



## Wollen Sie mehr Geld?

Dann machen Sie mit beim  
**WELTREKORDVERSUCH**  
im **kostenlosen** Highspeed-Coaching  
mit **SABINE ASGODOM** in Hamburg!



**WAS:** Das Netzwerk Business & Professional Women Germany Club Hamburg (BPW-Club HH) unternimmt mit Sabine Asgodom, Deutschlands erfolgreichster Managementtrainerin und Bestsellerautorin, am diesjährigen Equal Pay Day einen offiziellen Guinness Weltrekordversuch im **Highspeed-Coaching in Sachen Gehaltsverhandlung** in Hamburg. Die Herausforderung liegt darin, dass mehrere Coaches 12 Stunden lang **1000 Frauen** coachen. Alle Branchen, alle Berufe und alle Hierarchie-Ebenen sind angesprochen.

**WANN & WO:** **Freitag 20.03.2009 im Museum der Arbeit, Hamburg**  
**Von 07:00 Uhr bis 19:00 Uhr**  
**Ohne Anmeldung**

Adresse: Wiesendamm 3, in 22305 Hamburg-Barmbek

**WARUM:** Der Equal Pay Day macht auf die Ungleichheit in der Entlohnung von Männern und Frauen aufmerksam. Ziel ist gleicher Lohn für gleichwertige Arbeit. Erkennungsmerkmal für diesen Tag sind **rote Handtaschen**, um ein deutliches Signal zu setzen.

- Wir bieten:**
- Mehr als 50 hochkarätige Coaches aus ganz Deutschland, Österreich und der Schweiz
  - **Kostenloses** Highspeed-Coaching mit unterschiedlichen Gehaltsverhandlungsschwerpunkten. Z.B. Sabine Asgodom für Topp-Managerinnen und Monica Deters (Business-„Mut“-Coach aus Hamburg) für Sekretärinnen und Assistentinnen.
  - Highspeed-Coaching heißt: praktische Strategien und Antworten auf *eine* Frage in 5 Minuten finden. Sie werden sich wundern, was dabei alles rauskommen kann. **Je früher Sie kommen, desto höher die Wahrscheinlichkeit auf ein längeres Coaching!**
  - **Die ersten 50 Teilnehmer erhalten ein handsigniertes Buch von Sabine Asgodom!**
  - Informationstische zum Equal Pay Day, zum BPW und Karriere, uvm.
  - Verkauf von roten Handtaschen
  - Kostenloses Werbematerial zum Equal Pay Day Tag, wie rote Stofftaschen, Kugelschreiber, Anstecker (Pin's), Post it's, usw.
  - Lustige Fotoidee: Lassen Sie sich für 1 Euro mit roter Tasche fotografieren. Motiv: „Ich will mehr Geld“.
  - Spendenmöglichkeit für ein Charity-Projekt in Eritrea, von Sabine Asgodom

**equal  
pay  
day, -**



- **Profitieren Sie von einem kostenlosen Coaching von den besten Coaches aus ganz Deutschland, Österreich und der Schweiz**
- **Lernen Sie Sabine Asgodom kennen!**
- **Unterstützen Sie den Weltrekordversuch!  
Wir brauchen jede Frau!**
- **Tun Sie etwas für die Lohngleichheit für die Frauen in Deutschland!**
- **Unterstützen Sie uns, dass dieses Projekt eine bundesweite Aufmerksamkeit bekommt!**
- **Ob jung, alt, selbstständig, angestellt, arbeitslos, Wiedereinsteigerin, Handwerkerin, Top-Managerin, Sekretärin oder Heilpraktikerin!  
Einfach ALLE Frauen sind herzlich willkommen!**
- **Merken Sie sich diesen Termin und KOMMEN SIE!**
- **BITTE SAGEN SIE ES WEITER !**



Organisatorin: Christiane Clobes  
Vorsitzende BPW-Club Hamburg



Organisatorin: Monica Deters  
Business-“Mut”-Coach Hamburg



# Der Coach als „Lebensretter“

Gabriele Schendl-Gallhofer coacht in ihrem Institut für Veränderungskompetenz in Zürich oft Menschen, die vordergründig ihre berufliche Lage besprechen wollen, und dann doch ihren vollständigen Lebensplan anschauen. Und manchmal fühlt sie sich dabei wie ein „Lebensretter“.



Gabriele Schendl-Gallhofer

**J**a, und jetzt bin ich da bei Ihnen,“ sagt der Mann mir gegenüber schon fast kleinlaut und blickt mit gesenktem Kopf nach unten. Ich bin schon seit vielen Jahren Coach, doch die Geschichte dieses Mannes wühlt mich innerlich auf.

Mein Gegenüber ist ein sehr erfolgreicher Manager einer grossen Versicherung. Eigentlich läuft alles in seinem Leben rund. So nach dem Motto: „Seht her mein Haus, meine Familie, mein Boot, mein Sportwagen.“ Da sind einfach nur diese vier durchlebten oder sollte ich besser sagen überlebten Schlaganfälle, die nach seinen Worten „lästig“ waren. „Spielverderber des Schicksals“, wie er sie noch nennt.

Er ist 44 Jahre alt, ja Sie haben richtig gelesen, erst 44 Jahre alt und hat von diesen Attacken gegen seine Gesundheit keine bleibenden Beeinträchtigungen seiner Lebensqualität zu beklagen. Ein wahres Wunder, das nicht als solches wahrgenommen werden kann.

Ich stelle Ihm eine einzige Frage: „Was hindert Sie daran, das in Ihrem Leben zu verändern, was Sie vor einem weiteren Schlaganfall be-

schützen würde?“ Und dann passiert das, was mich immer noch sehr stark emotional bewegt. Der Mann weint, nein er schluchzt – minutenlang. Es schüttelt ihn. Er legt dabei den Kopf in die

Hände und stützt die Arme auf seine Knie auf. Dieser Zustand ist nicht enden wollend. Sein Schmerz, seine Ängste, all die Emotionen, die sich in ihm aufgestaut haben, werden endlich losgelassen, wahrlich hinaus geschüttelt. Und der Körper befreit sich von all den Gedanken, die ihn daran hindern, endlich die Veränderungen vorzunehmen, die ihn vor dem sicheren frühen Tod

## Die Menschen auf ihrem Weg zum „Ich lebe“ begleiten

bewahren würden.

Nach endlos langer Zeit setzt er sich ruckartig auf und es folgt die logische Erklärung für die Ausweglosigkeit seiner Situation: „Wenn ich den Job aufgabe, dann können wir unser schönes Haus nicht halten, dessen Garten meine Frau so liebt. Meine Kinder könnten nicht mehr auf die Privatschule und müssten möglicherweise auf das Tennis verzichten und vieles, vieles mehr. „Ich kann es kaum fassen. Wo ist

der Wert den Vater zu haben, den Ehemann? Deshalb frage ich: „Und was passiert, wenn Sie sterben, weil Sie nichts verändern?“ Da kommt wieder etwas Beherrschung in den Körper des Mannes: „Ich habe meine Familie abgesichert. Sie erhalten zumindest eine Lebensversicherung von 150.000 Euro. Einen höheren Betrag konnte ich leider mit meiner Krankengeschichte nicht versichern.“

Beeindruckend, der Mann hat seinen Wert erkannt: 150.000 Euro. Es ist kaum zu fassen. So frage ich ihn, was denn seine Frau zu all dem sagt. Und wieder die alte Geschichte,

Der Mann erklärt seiner Frau mit leiser Stimme und gesenktem Kopf, dass er spürt, dass seine aktuelle Arbeit ihn krank macht. Stockend erzählt er weiter, dass die Lösung für seine momentane gesundheitliche Herausforderung in der Kündigung seiner Arbeitsstelle liegen würde.

Die Frau schaut ihn kurz an – und mit Tränen in den Augen fällt sie ihm um den Hals: „Ich liebe dich und du bist mir mehr wert als alles andere auf der Welt.“ – Leise verlasse ich den Raum. Die Lösung ist gefunden und meine Aufgabe besteht nun darin, den Mann auf seinem Weg zum „Ich lebe mich“ zu begleiten und zu unterstützen.

Acht Monate später sitzt das Paar wider bei mir im Institut. Es hat sich in dieser Zeit viel getan. Der Mann hat sein Hobby zum Beruf gemacht: die Fotografie. Er hat mit einem Partner zusammen ein kleines Unternehmen gegründet, das sich auf eine spezielle Art der Fotoausarbeitung spezialisiert hat.

Es ist richtig – das Haus ist kleiner, die Kinder auf einer öffentlichen Schule und doch ist die Lebensqualität entscheidend besser geworden. Und – er ist gesund. ©

# Highspeed-Coaching

## Die rasante Variante des Coachings

Sabine Asgodom, die auf Veranstaltungen live auf der Bühne Highspeed-Coachings macht, beschreibt hier, was das Turbo-Coaching vom Coach fordert. Und wie der Coachee tatsächlich in wenigen Minuten einer Lösung näher kommt. Hilfreich dabei sind ihre „Sieben A des Highspeed-Coachings“.

**C**oaching ist die Arbeit mit Menschen, die Lösungen brauchen. Coaches helfen, Alternativen für zukunftsgerichtetes Handeln zu entwickeln. Im Dialog entstehen Erkenntnisse, werden Wünsche und Vorbehalte angesprochen, Perspektiven entwickelt. Ziel eines Coachings ist es, die Coachees dazu zu bringen, ihre eigenen Lösungen zu finden.

Der Coach bringt sich und seine Fähigkeiten dabei aktiv ein: seine Erfahrung, sein Wissen, sein Einfühlungsvermögen, seine Wachheit, seine Kreativität, seine Kontakte, seine gedanklichen Verknüpfungen.

Highspeed-Coaching ist die rasante Variante des Coachings. Es bietet die Möglichkeit, in kürzester Zeit praktische Strategien zu entwickeln. Die Vorgabe für die Coachees: Sie müssen ihr Anliegen auf einen Aspekt konzentrieren: Wofür genau brauchen sie eine Lösung/

Anregung/Idee? Ein Coachingkunde ruft an: „Ich muss bis morgen entscheiden...“ Er hat zehn Minuten Zeit. Eine Klientin schickt eine Mail: „Ich habe ein interessantes Angebot“. Sie möchte kurz darüber reden, „nur fünf Minuten“. Ein Seminarteilnehmer meldet sich: „Ich bräuchte mal Ihre Meinung...“ Und schon sind wir mitten im Highspeed-Coaching. In der kurzen Zeit gilt es, mit Hilfe der „Sieben A“ eine Lösung zu finden:

Die Highspeed-Variante bedarf höchster Konzentration und Disziplin. Die Zeit läuft, und jeder ablenkende Gedanke, jedes langatmige Erläutern muss unterbrochen werden. Der Coach achtet wie ein guter Talkshow-Moderator darauf, dass das Konzept eingehalten wird: „Zurück zur Frage.“

Dabei ist der Coach super-aufmerksam und wach. Er hört Zweifel und Ängste heraus, filtert Ideen aus Nebensätzen heraus, greift Stichworte auf. Bewährte Helfer bei der Lösungsfindung sind meiner Erfahrung nach Fragen wie im Kasten oben rechts).

Ein Satz, den ich für mindestens so wichtig halte, ist übrigens: „Das ist in fünf Minuten nicht zu klären.“ Der Coach muss seine Grenzen – und die seines Coachees – erkennen und die Verantwortung dafür übernehmen, dass etwas „Gescheites“ beim Highspeed-Coaching herauskommt.

### Fragen beim Highspeed Coaching

- „Was wollen Sie erreichen?“
- „Was war Ihr erster Gedanke dazu?“
- „Was ist Ihr stärkstes Argument?“
- „Heißt das, Sie würden lieber ...?“
- „Was hält Sie davon ab, dies zu tun?“
- „Was hat der andere davon?“
- „Welche Abers haben Sie noch im Kopf?“
- „Was wäre die einfachste Lösung?“
- „Wer kann Ihnen dabei helfen?“
- „Was könnte schlimmstenfalls passieren?“
- „Und bestenfalls?“
- „Ab wann wollen Sie das tun?“
- „Was muss sich ändern, damit Sie ...?“
- „Wollen Sie es wirklich?“
- „Was würde passieren, wenn Sie ...?“
- „Was sind Sie bereit zu riskieren?“

### Die 7 A des Highspeed Coaching

- 1 Auftrag erteilen: Wofür genau braucht der Klient eine Lösung?**
- 2 Abfragen: Welche Überlegungen sind schon vorhanden?**
- 3 Alternativen: Welche Möglichkeiten gibt es?**
- 4 Abwägen: Welche Pros, welche Contras sieht er?**
- 5 Aktiv werden: Was wird er tun?**
- 6 Allianzen: Wer kann ihm dabei helfen?**
- 7 Abschluss: Go!**

Bei einem Highspeed-Coaching im Rahmen eines Vortrags vor 400 Zuschauern in Götzis (Vorarlberg) kam neulich ein Unternehmer auf die Bühne, der von seinen 22 Mitarbeitern zwei aus wirtschaftlichen Gründen entlassen muss. Seine Frage: „Das fällt mir so schwer. Wie soll ich das machen?“ Das ist echt keine Frage für ein Fünf-Minuten-Coaching.

Ich sprach spontan einen Vertreter des Wirtschaftsförder-Instituts (WiFi) an, der in der ersten Reihe saß: „Sie beraten doch Unternehmer. Können Sie diesem Mann helfen?“ Er nickte. „Sprechen Sie nach dem Vortrag miteinander?“ Die beiden verabredeten sich. Auch das ist Hilfe – die richtigen Kontakte zu vermitteln. ©

# 8 typische Frauen-Fehler im Job

Ich habe vor 15 Jahren als Redakteurin der Cosmopolitan über Empowerment von Frauen geschrieben, habe es in Büchern propagiert und in Vorträgen davon geschwärmt. Und viele Frauen haben sich für Chancengleichheit zwischen den Geschlechtern eingesetzt. Doch was ist passiert? Leider viel zu wenig.

**E**rst langsam setzt sich unter Führungskräften der Mut durch, ihren Mitarbeitern nicht nur zu vertrauen, sondern sich ihnen im besten Sinne „auszuliefern“. Klar, dass dies nur Chefs und Chefinnen gelingt, die keine Angst vor starken Mitarbeitern haben. Die ertragen können, dass diese Kolleg/innen auf ihren Spezialgebieten mehr wissen und können als sie. Durch Vertrauen in ihre Mitarbeiter/innen zeigt sich: Vorgesetzte können Energizer sein, die abgeben und einfordern können. Und wissen, wem sie was zumuten und zutrauen können. Frauen aber sind aufgrund ihrer speziellen Stärken nicht immer dazu bereit. Acht solcher typisch weiblicher Stärken, durch die Frauen sich leider selbst ent-powern, haben ich hier aufgezählt.

## 1. Zuviel Umsicht

Männer haben den typischen Tunnelblick, sie fixieren sich auf ein Ziel und verfolgen es. Die typische Weltsicht von Frauen hingegen ist ihr Weit-und-Breitblick: Frauen erkennen etwas – und dann noch vieles darum herum, was auch noch interessant sein könnte. Für die Mammutjagd in der Steinzeit und die Karrierejagd in der Neuzeit ist der Tunnelblick zielführender.

## 2. Alles besser wissen

Frauen haben oft Recht mit Einsichten und Meinungen. Aber sie machen sich damit nicht immer beliebt. Besserwisser machen andere Menschen zu Schlechterwissern – das mögen die anderen nicht gern.

## 3. Status und Statussymbole verachten

Sie kennen den Spruch – aber Sie sind vielleicht zu vornehm, sich auch daran zu halten: „Bescheidenheit ist eine Zier, doch weiter kommt man ohne ihr.“ Status und die dazugehörigen Symbole aber dienen der Kommunikation nach außen: „Ich bin So-und-so-Einer, ich bin wer“, das ist eindeutig, primitiv,

aber klar. Frauen wünschen sich oft, dass ihnen gleichsam als Dame Respekt entgegengebracht wird. Aber dieser Status ist in der harten Arbeitswelt leider abgeschafft worden.

## 4. Das Fleißige Lieschen sein

Frauen glauben, wenn sie ihren Pflichten redlich und geräuschlos nachkommen, werden die Führungskräfte schon von allein drauf kommen, welche Perle sie haben. Aber leider: An gute Dinge gewöhnt man sich so schnell, dass sie einem gar nicht mehr auffallen. Und wer immer strebend sich bemüht, am Ende doch der Kürz'ren zieht – weil's keiner merkt.

## 5. Die Bedenkenträgerin geben

Umsicht ist ein bedeutendes weibliches Talent – ein wichtiges Korrektiv für testosteron-gesteuertes Draufgängertum. Nur darf keine Frau sich wundern, wenn sie im Erfolgsfall auch den testosteron-gesteuerten Zorn der Männer erntet.

## 6. Das Vier-Augen-Prinzip verletzen

In der Gruppe loben, unter vier Augen tadeln, ist ein bewährtes Prinzip, mit Kollegen klarzukommen. Frauen schaden sich sehr, wenn sie in der Gruppe Fehler von Kollegen ansprechen.

## 7. Sich über Loyalitäts-Rituale erhaben fühlen

Arbeitsgruppen habe Rituale: gemeinsam „einen Draufmachen“ zum Beispiel – es sind also oft reichlich primitive Rituale. Keine Frau ist gezwungen, da mitzumachen – nur darf sie sich nicht beklagen, wenn sie in die Außenseiterrolle kommt.

## 8. Bei Nichtbeachtung Streit aus dem Wege gehen oder ins Land der Gekränkten auswandern

Frauen sollten für ihre Rechte kämpfen. Sie müssen für ihre Position und ihre Rechte aktiv eintreten. Wer schmolzt, hat verloren und wird als Problemfall angesehen. ©

## Foto-Aktion: Boss, ich will mehr Geld!

Im Rahmen des Highspeed-Coachings im Museum der Arbeit haben die Teilnehmerinnen am 20. März die Gelegenheit, sich für einen Euro mit roter Tasche fotografieren zu lassen. Motiv: „Boss, ich will mehr Geld!“

Fotografieren wird Brigitte Dorrinck, „die etwas andere Photographin“, die ihr Porträtstudio in Hamburg im Eppendorfer Weg 85 hat. Ihre wunderschönen Fotografien kann man sich auf [www.foto-dorrinck.de](http://www.foto-dorrinck.de) anschauen.

## 10 Gedanken zu einer Coaching-Ethik

### 1. Was ist Coaching

Coaching ist eine seit Menschengedenken praktizierte Form der Lebens- oder Problem-Beratung, die sich durch besondere Fähigkeiten und einige Grundregeln des Arbeitens von normalen Gesprächen abhebt.

### 2. Abgrenzung zur Psychotherapie

Coaching ist keine Psychotherapie. Im Coaching geht es darum, mit selbstverantwortlichen Menschen konkrete Projekte zu erarbeiten.

### 3. Coaching heißt: einen Menschen bei der Suche nach Antwort auf eine praktische Lebensfrage begleiten.

Coaching heißt niemals Bevormunden, kann aber heißen, einen Orientierung suchenden Menschen durch gezielte Fragen und Anregungen auf sinnvolle und praktische Lebensfragen zu bringen.

### 4. Im Mittelpunkt stehen die Coachees mit ihren Wünschen, sie bestimmen den Verlauf des Coachings.

Coaching heißt, einem Menschen nach seiner Geschwindigkeit und seiner Einsichtsfähigkeit zu helfen, auf die ihm angemessenen Ideen, Strategien und Handlungspläne zu kommen.

### 5. Coaches gehen verantwortungsbewusst mit ihrem Einfluss um.

Coaches sehen die eigenen Grenzen und weisen die Coachees darauf hin, wo sie überschritten werden könnten.

### 6. Coaches handeln nicht allein nach gelernten Methoden, sondern nach eigenem Wissen und Gewissen.

Das heißt immer auch: Mensch vor Methode. Die Coachees müssen sich nicht bestimmten Coachingmethoden anpassen, sondern umgekehrt - Methoden entwickeln sich aus den Erfahrungen beim Coaching. Deshalb ist bei Coaches Offenheit und Kreativität gefragt.

### 7. Coaches bereiten sich sorgfältig vor und vergeuden keine Zeit.

Relevante Informationen werden vor dem Coaching gesammelt, damit die Coachingzeit ganz zur Lösungsfindung genutzt werden kann.

### 8. Coaches geben Anregungen, keine Anweisungen.

Coaches unterscheiden sich von Beratern, die sagen: „Sie müssen das und das tun!“ dadurch, dass die Verantwortung für das Handeln beim Coachee bleibt.

### 9. In jedem Coaching wird ein konkretes Ziel gesetzt, das innerhalb einer Sitzung zu einem konstruktiven Ergebnis gebracht wird.

Coachingziel ist also, Coachees zu empowern, auf dem gemeinsam festgelegten Themengebiet selbstverantwortlich zu denken und zu handeln. Nebeneffekt ist, dass Selbstverantwortung auf andere Lebensgebiete ausstrahlt.

### 10. Coaches setzen sich hohe ethische Maßstäbe.

Coaches tun nichts, was den Coachees schaden könnte. Coaches reden den Coachees nichts ein und nichts aus. Coaches überfordern und manipulieren Coachees nicht. Coaches verlängern das Coaching nicht, um mehr Geld zu verdienen.

## Großer GSA-Humortag am 16. Mai 2009 Die besten Humortechniken für Präsentation und Vortrag

Sind Sie ein Humor-Naturtalent? Na, dann fällt es Ihnen leicht, Ihre Zuhörer und Teilnehmer zu begeistern. Was aber, wenn Ihnen die lustigen Gags nicht spontan einfallen, wenn Ihnen der Schalk nicht aus den Augen blitzt? Dann brauchen Sie Methoden und Techniken, um Menschen zum Lachen zu bringen. Denn Studien zeigen: Werden Kernbotschaften mit emotionalen Inhalten wie Freude, Lachen oder Überraschung verbunden, gelangen diese schneller und dauerhafter ins Gedächtnis.

Der 2. GSA-Humortag am 16. Mai 2009 in Augsburg wird sich schwerpunktmäßig mit solchen Techniken befassen:

- Wie schaffe ich schon zur Eröffnung meines Vortrags/meines Seminars einen Lacher?
- Wie Sorge ich für gute Stimmung im Saal/Seminarraum?
- Wie kann ich als Führungskraft Humor in der Mitarbeiterführung nutzen?
- Wie lässt sich auch der trockenste Stoff humorvoll präsentieren?
- Wie kann ich mir Witze und Anekdoten, mit denen ich punkten könnte, auch merken?
- Wie kann ich auch ernste/schwierige Situationen mit Humor entschärfen?

Passend dazu gibt es das erste GSA- Humor-Live-Coaching: Wie können Sie Ihre lustige Geschichte noch prägnanter machen? Eine erfahrene Jury wird Ihre Lach-und-Sachgeschichte analysieren und Ihnen Tipps für eine Optimierung bieten. Bis zu 10 Teilnehmer können sich spontan bewerben, werden „live and on stage“ gecoacht - und alle Teilnehmer profitieren von den Tipps der Jury.

Die Referenten: Helmut Fuchs, Margit Hertlein, Tom Schmitt, Christine Weiner, Gregor Staub, Sabine Asgodom und als abschließenden Höhepunkt den Arzt Dr. Roman F. Szeliga, kreativer Tausendsassa und Mitbegründer der Cliniclowns.

Hier können Sie sich anmelden.

<http://www.germanspeakers-association.de>

## Power-Schub durch Strategien Der Motivationstag mit Sabine Asgodom am 27. April

Mit Schwung Ziele ansteuern. Sich und andere motivieren. Schnell und kreativ auf Lösungen kommen. Die Ausstrahlung stärken und strahlend in den Arbeitsalltag zurückkehren. Darum geht es beim Motivationstag mit Sabine Asgodom am 27. April 2009 von 10 bis 17 Uhr in München. In einem Highspeed-Coaching können Teilnehmer/innen Probleme benennen und sich bei der Lösung helfen lassen. Es soll ein unvergesslicher Tag werden. Informationen unter [www.asgodom.de](http://www.asgodom.de), News. Übrigens: Wenn Sie das Stichwort „10 Jahre Asgodom Live“ angeben, bekommen Sie 10 Prozent Ermäßigung auf die Tagungsgebühr.

## Erste Konferenz für Misserfolge

In allen Konferenzen beschreiben Experten ihre Erfolge. Niemand wagt es, die wesentlich spannenderen Erfahrungen auszusprechen - die eigenen Misserfolge und Lerneffekte! Dies nimmt Haas.Kommuniziert zum Anlass, zur ersten Konferenz der Misserfolge am 16. Juni 2009 aufzurufen. Mehr Informationen unter [www.misserfolge.com](http://www.misserfolge.com)

## Menschen bewegen Menschen

Coaching Convention vom 3. bis 7. April 2009 in Köln

Alexander Maria Faßbender, der Initiator und Organisator der Coaching Convention vom 3. bis 7. April in Köln, stellt uns ein Sonderkontingent von 34 preisreduzierten Tickets zur Verfügung.

Für das Warm up am Freitag 3. April (25 Top Coaches stehen den ganzen Tag zur Verfügung und coachen die Teilnehmer) statt 128 Euro Special 98 Euro.

Für Samstag / Sonntag incl. Dinnernight und Pre Opening Abend statt 480 Euro Special für 328 Euro; ohne Dinnernight und Pre Opening 298 Euro.

Die Workshops am Montag, den 6. und Dienstag den 7. April - pro Workshop statt 198 Euro Special 98 Euro.

Für die teilnehmenden Coaches gibt es noch ein besonderes „Special“: An allen Tagen der Convention befinden sich mehrere Produktionsfirmen, „Coach Caster“ auf der Veranstaltung, die speziell für einige TV Formate neue Gesichter suchen.

Buchungen nur über: <https://ssl.coaching-convention.de/anmeldung/>. Besonderer Hinweis: Sonderkontingent.

## Deutschland Nord

- 14 Nicola Baark **Hamburg**
- 15 Heike M. Bönisch **Hamburg**
- 15 Wolfgang Bönisch **Hamburg**
- 16 Petra Danowski **Hamburg**
- 18 Gabriele Golling **Hamburg**
- 23 Gabriele Hoffmeister-Schönfelder **Hamburg**
- 25 Ute Körner **Hamburg**
- 26 Sabine Loch **Hamburg**
- 28 Christa-Marie Münchow **Hamburg**
- 31 Dr. Volker Römermann **Hamburg**
- 34 Tom Schmitt, **Hamburg**
- 39 Ilonka Winkler **Hamburg**
- 17 Monica Deters **Bargteheide bei Hamburg**
- 13 Roland Arndt **Bad Oldesloe**
- 40 Margret Andrich-Stich **Stade bei Hamburg**
- 40 Christiane Jost **Stade bei Hamburg**
- 18 Alexander Maria Faßbender **Kaltenkirchen bei Hamburg**
- 35 Anabel Schröder **Kaltenkirchen bei Hamburg**
- 29 Anja Mýrdal **Scheeßel bei Rotenburg/Wümme**
- 33 Ulrike Schalow **Buxtehude**

## Deutschland Mitte

- 31 Glücksrabe /Peter Rabeneck **Berlin**
- 32 Annette de los Santos **Berlin und Edinburgh**
- 36 Susanne Schwarzer **Berlin**
- 35 Alexandra Schwarz-Schilling **Berlin**
- 22 Jörg Hartig **Leipzig**
- 19 Annett Graf **Kassel**
- 32 Andrea Sachtleben **Köln**
- 22 Martina Hautau **Bochum**

- 26 Nadja Lins **Giessen-Linden**
- 30 Beate Oehl **Idstein / Taunus**
- 37 Markus Söhngen **Linden-Leihgestern**
- 37 Claudia Steiger **Frankfurt am Main**
- 20 Karin Hafen **Offenbach**
- 21 Susanne T. Hansen **Zornheim bei Mainz**
- 38 Doris Stempfle **Erlenbach bei Heilbronn**
- 21 Renate M. Hannemann **Bensheim**

## Deutschland Süd

- 16 Stefanie Demann **Fürth**
- 14 Sabine Asgodom **München**
- 17 Claudia Dietl **München**
- 20 Dr. Stephanie Hann **München**
- 24 Uschi Kaltner **München**
- 27 Ursu Mahler **München**
- 34 Claudia Scherzinger **München**
- 24 Armin Kittl **Fischbachau, Oberbayern**
- 27 Karin Lohner **Stockdorf bei München**
- 28 Christa Mesnaric **Weßling bei München**
- 29 Claudia Nuber **Glonn bei München**
- 39 Barbara Wittmann **Hettenshauser bei München**
- 36 Anne Schweppenhäußer **Stuttgart**
- 30 Angelika Pfisterer **Pforzheim**
- 25 Ursula Kraemer **Friedrichshafen**

## Österreich / Schweiz

- 13 Ulrike Aichhorn **Salzburg**
- 38 Robert Ukowitz **Klagenfurt am Wörthersee**
- 19 see
- 23 Barbara Graber **Klagenfurt am Wörthersee**
- 33 Timo Hinrichsen **Galgenen, Schweiz**
- Gabriele Schendl-Gallhofer **Zürich**



Ulrike Aichhorn MAS MTD  
**sbs – selbst.bewusst.sein**  
**gesellschaft für**  
**training+entwicklung**  
A-5020 Salzburg  
Kühbergstraße 31  
Tel: +43-664-3041200  
info@sbs-training.com  
www.sbs-training.com

## Ulrike Aichhorn Salzburg

**Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:**  
„selbst.bewusst.sein“ bei meinen Coachees zu fördern, ist eine der Kernkompetenzen meines gesamten unternehmerischen Wirkens. Für den Equal Pay Day heißt das: In den Coaching-Einheiten punktgenaue Fragen zu stellen, damit die Coachees den Weg zu ihren Stärken und Zielen nicht nur erkennen, sondern gleich selbst auf diesem Weg losstarten können. Diese ersten Schritte schaffen eine neue bewusste Sichtbarkeit und die Grundlage, sich selbst wirkungsvoller verkaufen zu können.

**Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe?**  
Die nationalen und europäischen Vergleichszahlen über Einkommensunterschiede stimmen mich sehr bedenklich. Glücklicherweise habe ich auf meinem eigenen Weg bislang keine negativen Erfahrungen erlebt. Ergebnisse eigener Umfragen und Studien in den letzten Jahren bestätigen, dass Frauen, je mehr sie in ihrer selbst.bewussten Stärke sichtbar werden, ihren Wert deutlich besser verkaufen können. Dies gilt es zu fördern und aktiv zu unterstützen, um die Ungleichheit durch eine Vielzahl positiver Role Models zu egalisieren.

**Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:**  
Im Profi-Coaching sind es stets einzelne, sorgsam gewählte und sehr konkrete Fragen, welche die Handlungs- und Entscheidungsfähigkeit der Coachee anregt, fördert und das Anliegen auf den Punkt bringt. Auch wenn beim Highspeed-Coaching nur wenige Minuten Zeit sind, so wird es doch möglich werden, genau jene punktgenauen Anker zu setzen, die es den Coachees ermöglicht, ihr nächstes Bewerbungsgespräch deutlich erfolgreicher zu führen.

**Ulrike Aichhorn – der Wirtschaftsprofi für selbst.bewusste Menschen & Unternehmen!**

Ihr **Top-Seminar** demnächst auch in Hamburg:  
**„Schlaraffenland ICH! Mit selbst.bewusst.sein zum Erfolg!“**  
Mitreißend auch ihr **Vortrag: „Die selbst.bewusste Fau!“** Für all jene Unternehmen, die die Zielgruppe der Zukunft gewinnen wollen!



Roland Arndt  
Tel.: 04531-67175  
Fax: 04531-67279  
erfolg@roland-arndt.de  
www.roland-arndt.de  
Fliederbusch 22  
D-23843 Bad Oldesloe

## Roland Arndt Bad Oldesloe

**Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:**  
Ich beteilige mich an der Equal Pay Day-Aktion, weil ich es für besonders wichtig halte, Mitarbeitern und Führungskräften die Möglichkeit zu geben, den Wert ihrer eigenen Leistung zu überprüfen. Neue Impulse können dann die Entscheidung für mehr Einsatz und Gehalt auslösen. Auch positive Sprachmuster helfen dabei, dieses Ziel zu erreichen.

**Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:**  
Highspeed-Coaching hat den großen Vorteil der Multiplikation von Emotionen. Jeder Teilnehmer weiß, dass er in kurzer Zeit auf den Punkt seines Anliegens kommen muss. Der Teilnehmer gewinnt neue Sicht- und Handlungsweisen für die nächste Gehaltserhöhung. Der einzelne Coach erlebt das schöne Gefühl, echte Unterstützung zu geben und einen Beitrag für den neuen Zusammenhalt in unserer Gesellschaft zu leisten.

**Roland Arndt unterstützt als Trainer, Coach und Autor viele Menschen und Unternehmen dabei, ihre Potentiale zu erkennen und gezielt einzusetzen. Im Mittelpunkt stehen Themen wie „Menschen gewinnen per Telefon“ sowie „Empfehlungs-Management“ und „Ziel-Zeit-Prozesse“.**



## Sabine Asgodom München

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere?

Ich erlebe immer wieder, dass Frauen für gleiche Arbeit weniger Geld bekommen als Männer.

Das gilt übrigens auch für Freiberuflerinnen und Selbstständige. Das Verrückte dabei: Frauen verlangen auch häufig weniger! Und zwar oft schon bei der Einstellung. Diesen Start-Nachteil holen Frauen nie mehr auf.

Doch jammern nützt nichts. Es sind die Frauen selbst, die etwas ändern können.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

In vielen Unternehmen kümmert es niemanden, ob es Gehältergerechtigkeit gibt oder nicht. Oft werden Daten über Mitarbeiterinnen nicht einmal gesondert erhoben.

In anderen Firmen kann es vorkommen, dass Frauen immer noch als „Mitverdienerinnen“ angesehen werden. Und in der dritten Kategorie weiß man zwar um Unterschiede, aber solange die Frauen sich nicht wehren ...

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Aus meiner Erfahrung mit Klienten weiß ich, dass mit Kurz-Coachings tolle Anregungen für Veränderungen gegeben werden können. Wichtig dabei:

Sich auf wenige Fragen zu konzentrieren und praktische Umsetzungsmöglichkeiten zu entwickeln.



Asgodom Live®  
Prinzregentenstr. 85  
81675 München

Tel. 089-982 47 49-0  
Fax 089-982 47 49-8  
info@asgodom.de  
www.asgodom.de



## Nicola Baark Hamburg

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Ich bin eine BPW Frau und will meine Fähigkeiten & Kenntnisse als Coach aktiv für den EPD einbringen.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Tagtäglich erlebe ich die Ungerechtigkeit der Entlohnung Frau vs. Mann. Von Frauen wird häufig dann noch 120 Prozent Einsatz (bei 80 Prozent Gehalt im Vergleich zu männlichen Kollegen) gefordert.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Highspeed-Coaching eröffnet allen Frauen die Möglichkeit, sich „wahrütteln“ zu lassen, Kontakte zu knüpfen und von den Erfahrungen anderer Frauen zu profitieren.

**Nicola Baark ist Business Coach mit Schwerpunkt im Bereich Selbstsicherheits-Coaching und Existenzgründungsbegleitung. Sie ist Vorsorge- und Vermögensspezialistin (VVS) für die Hamburger Sparkasse.**

Nicola Baark  
Willhöden 24 a  
22587 Hamburg  
0171 – 55 60 965  
coaching.baark-hamburg@gmx.de  
www.nicolabaark.com

## Heike M. Bönisch Hamburg



Das TrainerPaar  
Hoheluftchaussee 167  
20253 Hamburg  
Heike M. Bönisch  
W & H Bönisch GmbH  
www.boenisch.org

„Das gute Gelingen ist zwar nichts Kleines, fängt aber mit Kleinigkeiten an.“ Sokrates

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Um einen echten AHA-EFFEKT auszulösen braucht es viele kleine Trigger. Der Equal Pay Day und die Idee des Highspeed-Coaching setzen solche Trigger. Wenn 1000 Frauen sich mit dem Thema „Gehalt“ beschäftigen und aktiv werden, dann bewegt sich auch was. In den Köpfen ebenso, wie auf dem Gehaltskonto.

### Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:

Übers Gehalt redet man ja im Allgemeinen nicht – deshalb: Subtil, verdeckt, selten offensichtlich.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Viele Frauen werden an diesem Tag erstmalig direkt mit Coaching in Berührung kommen, werden sich erstmalig coachen lassen. Das Wichtigste daran ist aus meiner Sicht, dass jede Teilnehmerin durch das Coaching einen Schritt weiter gebracht wird. Egal, ob sie sich erstmalig mit dem Thema auseinandersetzt oder schon länger damit beschäftigt ist. Meist reicht es aus, in einer Frage unterstützt zu werden, eine Antwort zu finden, um selbst weiterzugehen. Highspeed-Coaching gibt vorwiegend Richtung, nicht Weite.

Ob im Unternehmen, mit Lieferanten oder Kunden. Wir verkaufen, verhandeln und führen. Immer.

Sie wollen eine Idee durchsetzen, machen Konzessionen und führen das Projekt und Ihr Team zum Erfolg: Verkaufen – Verhandeln – Führen.

Sie haben ein Produkt zu verkaufen, verhandeln über Lieferbedingungen, Laufzeit,... und führen sich dabei selbst: Verkaufen – Verhandeln – Führen.

Sie wollen Ihre Mitarbeiter zu mehr Erfolg führen, setzen dazu Ihre Persönlichkeit, Zielvereinbarungen, Gesprächstaktiken, Motivationsstrategien und Incentives ein: Führen – Verkaufen – Verhandeln. Und im Privaten? Gilt das Gleiche: Wo fahren wir in den Urlaub hin. Wo gehen wir am Wochenende essen. Wann muss mein Kind zuhause sein ...

### Meine Themen:

Klarer Kommunizieren- Besser verkaufen!  
Erfolgreiches Selbstmanagement im Außendienst  
Erfolgreiches Selbstmanagement als Führungskraft  
Ziele setzen – Ziele erreichen  
Verhandeln – Verkaufen – Führen  
Der 3-Klang für Ihren Erfolg.



Wolfgang Bönisch  
Werkstatt für Verhandlungskunst  
W&H Bönisch GmbH  
Hoheluftchaussee 167  
20253 Hamburg  
www.wolfgangboenisch.de

## Wolfgang Bönisch Hamburg

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Weil ich für gute Aktionen bin, statt für ewiges Lamentieren. Und weil ich überzeugt bin, dass ein Einblick in „männliche“ Strategien – gerade beim Speed-Coaching – wertvoll sein kann. Außerdem ist das mein Thema: Gehalts- und Honorarverhandlungen.

### Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:

Bei Kunden höre ich immer wieder, dass es zum Teil deutliche Unterschiede gibt. In einem Fall – mittlere Führungsebene – verdient ein Mann 40 % mehr als

eine Frau in vergleichbarer Position.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Auch ein kleiner Impuls kann eine große und nachhaltige Wirkung haben. Am richtigen Ort zur richtigen Zeit. Ich bin überzeugt in dem geschaffenen Rahmen am Equal Pay Day werden viele solche wirkungsvollen, kleinen Impulse und die große Kraft, die von dieser Veranstaltung ausgeht, für viele individuelle Veränderungen sorgen.

### Mit mehr als 30 Jahren professioneller Verhandlungserfahrung unterstütze ich Sie für Ihren Verhandlungserfolg mit:

- Verhandlungstraining
- Verhandlungs-Coaching
- Vorträgen
- Tools & Skills für erfolgreiches Verhandeln:
  - Präsentation und Argumentation
  - Rhetorik und Körpersprache
  - Verhandeln im virtuellen Raum



Petra Danowski  
Danowski Personalberatung  
Bahrenfelder Strasse 52 – 54  
22765 Hamburg  
Telefon: 040 – 39 90 33 11  
Fax: 040 – 76 99 75 61  
Mobil: 0176-62924405  
pd@danowski-personalbera-  
tung.de  
www.danowski-personalbera-  
tung.de

## Petra Danowski Hamburg

### Mein Statement zum Thema gleiche Bezahlung für Frauen und die Bedeutung des EPD:

Ich erlebe in meiner beruflichen Tätigkeit weniger die fehlende Gleichbehandlung in Bezug auf Gehalt, sondern eher grundsätzliche Vorbehalte von Unternehmen in Bezug auf bestimmte Positionen für Frauen.

Selbst große Wirtschaftsunternehmen bevorzugen Männer im Vertrieb und natürlich auch in Führungspositionen und sind schwerfällig, wenn es um die Einstellung von jungen Frauen geht, weil sie befürchten, dass sie aufgrund von Schwangerschaft ausfallen könnten.

Ich vermisse immer noch eine durchgängige Toleranz und Gleichbehandlung und deshalb suche ich Möglichkeiten, mich für Frauen stark zu machen und zu positionieren.

Der Equal Pay Day ist eine Möglichkeit, das Thema der Gleichstellung für die Öffentlichkeit präsent zu gestalten und gleichzeitig vielen Frauen eine Idee mitzugeben, wie sie ein angemessenes Gehalt einfordern können. Der

Impuls, der von einem Highspeed-Coaching ausgeht in Kombination mit der Größe der Veranstaltung ist stark und kann für jede Rat suchende Frau eine Veränderung bewirken. Ich freue mich sehr, dabei sein können.

### Petra Danowski, Personalberaterin, Coach und Trainerin

... verfügt über langjährige Erfahrungen in der Beratungs- und Personalarbeit. Schwerpunkt ihrer Arbeit ist die Besetzung von Vakanzen – Vertrieb und Marketing – in Unternehmen der Medizintechnik, als Personalberaterin ist sie international tätig. Außerdem ist sie Ansprechpartnerin für Karriere-Coaching, Verkaufstraining und Konfliktberatung. Frau Danowski ist Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstrainerin und hat eine Coachingausbildung. Die Grundlagen ihrer Arbeit sind Wertschätzung und Zielorientierung.



Stefanie Demann  
M.A. Rhetorik  
demannplus Kommunikations-  
training und Coaching  
Fasanenstraße 54  
90766 Fürth  
0911 / 410 69 38  
sd@demannplus.de  
www.demannplus.de

## Stefanie Demann Fürth

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Ich finde es empörend, dass sich die Gehälter von Frauen in Deutschland weiter verschlechtern, obwohl sie oft genug besser sind als ihre Kollegen. Als Coach unterstütze ich deshalb Frauen dabei, sich besser zu verkaufen.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Kürzlich habe ich erfahren, dass mein früherer Kollege, den ich selbst in die Abteilung eingearbeitet hatte, damals 23.000 Euro mehr verdient hat als ich!

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Ein guter Coach hört zu und stellt die richtigen Fragen. Dadurch wird für den Kunden oft überraschend schnell klar, wie er sich selbst helfen kann.

Mein Buch **30 Minuten für Selbst-Coaching** erscheint  
im Herbst 2009 im GABAL Verlag.

### Die studierte Rhetorikerin mit dem außergewöhnlichen Praxis-Sinn bietet:

Die Kunst sich besser zu verkaufen

Besser kommunizieren im Beruf

Selbst-Coaching: Schmeiß den Frosch an die Wand!



Monica Deters  
Deters-Coaching  
Buschkoppel 7  
22941 Bargteheide bei Hamburg  
Telefon 04532-25974  
Mobil 0172-4544501  
monica.deters@deters-coaching.de  
www.deters-coaching.de  
Coaching  
Seminare  
Training  
Impulsvorträge

## Monica Deters Bargteheide bei Hamburg

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Weil es ein mega-tolles Projekt geworden ist. Wir können das Thema „ungleiche Bezahlung“ in vielen Köpfen platzieren. Es macht wahnsinnig viel Spaß, dieses Event zu planen und umzusetzen! Also bin ich dabei und habe die schwärzesten Augenränder meines Lebens, aber auch eine extrem hohe und lohnende Adrenalin-Ausschüttung! Danke Sabine!

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Ich selbst habe einst ein Highspeed-Coaching bei Sabine Asgodom erhalten. Natürlich hat es mein Leben in der kurzen Zeit nicht völlig verändert, doch habe ich tatsächlich viele neue Impulse und vor allen Dingen eine hohe Sicherheit in meiner Entscheidungsfindung bekommen. All die Fragen, die im Coaching auf einen zukommen, können einen auf einen ganz neuen Kurs bringen. Raus aus der routinierten Subjekti-

vität – rein in eine klare Objektivität. Das ist als ob man feststellt, dass die kleine Segeljolle ja doch einen Motor hat. Dies erlebe ich häufig mit meinen Klienten, die es kaum fassen können, was sie eigentlich alles für Fähigkeiten und für Möglichkeiten im (Berufs-)Leben haben.

### Mein Leistungsspektrum: Die Sehnsucht nach dem Mehr ...

Mehr Mut zur eigenen Persönlichkeit im Job!

Mehr Erfolg durch geschickte Selbstvermarktung!

Mehr Erfüllung durch gezielte Potenzialentwicklung!

Mehr Sicherheit durch starkes Selbstvertrauen!

Der Coaching-Schwerpunkt liegt in der Bildung von starken Business-Persönlichkeiten, damit diese authentisch, souverän und überzeugend ihr Können im Job präsentieren können.

### Monica Deters – Business-Persönlichkeits-Coach

Nach ihrer Karriere als Top-Vorstandssekretärin in internationalen Großkonzernen (z.B. Allianz Gruppe in Hamburg), hat die studierte PR-Beraterin (DPRG) 2007 ihr Trainingsunternehmen für selbstsichere Business-Persönlichkeiten DETERS-COACHING gegründet. Die Expertin hat über 20 Jahre Berufserfahrung in den Branchen Dienstleistung, Industrie und Handel gesammelt und hier viele Erfolgsgeheimnisse studiert.

Direkt am Meer aufgewachsen, hat sie die erfolgreiche „Meer-Methode“ entwickelt, mit der sie durch maritime Symbolik die Sehnsucht nach dem Mehr mit den eigenen inneren Ressourcen verbindet: mehr MUT zur eigenen Persönlichkeit im Job. Monica Deters ist in mehreren Netzwerken aktiv: GSA (German Speakers Association), BPW (Business and Professional Women), MC-HL (Marketingclub Lübeck), FIF (Frauen in Führung und Verantwortung im Kreis Stormarn).



## Claudia Dietl München

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Weil ich diese Idee sehr gut finde und es eine gute Möglichkeit ist, dort anzusetzen, wo auch die Ursache für die ungleiche Bezahlung der Frauen liegt: Bei ihrer Unsicherheit und zu viel Bescheidenheit. Meiner Ansicht nach bewirken „kleine Taten“ mehr als „große Reden“, und hier geht es um die Tat. Das gefällt mir und dafür reise ich auch gerne aus München an.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Ich merke immer wieder, dass es vielen Frauen schwer fällt, ihre Arbeitsleistung in Geld zu bewerten. Viele betrachten die eigene Leistung als zu negativ und meinen, dass sie sich deswegen mit weniger zufrieden geben müssen. Das gilt auch, wenn sie sehen, dass Kollegen für weniger mehr bekommen. Es ist einfach eine große Scheu da, „sich gut zu verkaufen“.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

In einem Rahmen wie diesem wäre etwas anderes als das Highspeed-Coaching gar nicht möglich. Es ist natürlich ein großer Unterschied, ob ich einen Coachingprozess begleite oder in kurzer Zeit einen oder 2 Impulse auf eine Frage gebe. Aber auch ein Impuls kann viel bewirken, gezielt gesetzt kann man damit viel anstoßen. Das ist dann eine gute Ausgangsbasis für Weiteres. Ich bin überzeugt, dass die beteiligten Coaches sich bewusst sind, dass sie hochkonzentriert ihre Aufgabe erfüllen müssen, damit die Impulse nicht einfach nur Standardratschläge sind. Ich kenne einige der teilnehmenden Coaches persönlich und bin überzeugt, dass sie dies kompetent tun werden. Allerdings sollten sich die Damen, die zum Coachen kommen, wirklich bewusst sein, dass es sich um gezielte Impulse handelt und nicht eine komplette Lebensberatung erwarten.

Claudia Dietl

Mediation und Coaching  
Pflegerstraße 48  
81247 München  
089-8144350  
0160-5563051

www.ars-pacis.de  
www.art-of-sales.de



Alexander Maria Faßbender  
„Der MUTivator“  
Lakweg 15  
24568 Kaltenkirchen  
[www.der-mutivator.de](http://www.der-mutivator.de)  
[www.coaching-experten.eu](http://www.coaching-experten.eu)  
[www.coaching-convention.de](http://www.coaching-convention.de)  
[www.the-communicator.de](http://www.the-communicator.de)  
Direktkontakt 0180 313 013 38  
(0,09 Euro/min aus dem dt. Festnetz)

## Alexander Maria Faßbender Kaltenkirchen

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Eine super Idee um auf diesen Missstand aufmerksam zu machen und gleichzeitig aktiv etwas zu bewegen.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Viele meine Klienten kommen genau deswegen zu mir. 70% davon sind Frauen. „Das geht doch nicht“, „Darf man das verdienen“, „Soviel habe ich noch nie verdient“, „Meine Kollegen sind ja auch anders“ solche oder ähnlich Antworten sind zuerst da. Nach dem Coaching herrscht einfach mehr Selbstsicherheit, mehr MUT und mehr Selbstvertrauen um die Wertschätzung in Entlohnung auch verdient annehmen zu können.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Diese spezielle Form des Coaching ist für diesen Tag bestens geeignet, da es etwas in Bewegung bringt. Ein kleiner Anstoß reicht da manchmal schon aus, um eine ganze Welle von Veränderungen hervorzurufen. High

Speed Coaching wird ständig und überall gemacht, hier wird es bewusst in einen speziellen Kontext gesetzt. Die Sichtweise oder die Perspektive zu hinterfragen, für einen kurzen Moment einen Spiegel vorgehalten zu bekommen – das reicht schon und das braucht halt nur 5 – 10 Minuten.

### Coaching – Counseling – Corporate Culture – Speaker – Education Marketing – PR – Veranstalter

Alexander Maria Faßbender steht für Vielfalt in Qualität und Quantität. Er schafft es mit bewegten Methoden und einer Menge Humor in kürzester Zeit auf den Punkt zu kommen. Er ist ein „Mutivator“, ein kreativer Umsetzer, und er weiß wovon er spricht. Sein Lebensmotto:

**Menschen bewegen Menschen.**



Gabriele Golling  
Achtern Styg 68 a  
22549 Hamburg  
[info@gabriele-golling.de](mailto:info@gabriele-golling.de)  
[www.gabriele-golling.de](http://www.gabriele-golling.de)  
Telefon 040 87 97 47 04  
Mobil 0162 907 97 57

## Gabriele Golling Hamburg

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Für mich ist die Botschaft dieses Tages: Gleiche Leistung, gleiche Bezahlung. Und ich habe selbst bzw. im meinem Umfeld oft genug erlebt, dass dies häufig noch nicht der Fall ist.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Mein Eindruck ist, dass die Beurteilung von Leistung oft an der unterschiedlichen Herangehensweise der Geschlechter liegt. Natürlich kommen dann auch noch andere Faktoren, wie Unternehmenskultur, persönliche Befindlichkeiten usw. ins Spiel. Allerdings liegt es auch manchmal daran, dass Frauen zu zurückhaltend auftreten und nicht fordern, was ihnen zusteht. Wer hieran z.B. mit Coaching arbeitet, erlebt schnell, welche große Wirkung kleine Veränderungen haben können.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Natürlich ist Coaching in der Regel ein etwas längerer Prozess als nur 5-10 Minuten und hängt auch stark von der Offenheit der Coaches sowie der Professionalität des Coaches ab. Doch ich erlebe es wiederholt in der Praxis, dass eine Frage oder ein Impuls plötzlich soviel Bewegung ins Denken bringt, dass eine neue Richtung und Perspektive möglich ist. Und genau darum soll es doch an diesem Tag gehen. Eine erste neue Idee, ein veränderter Gedanke, andere Sichtweisen und schon bewegt sich was... Vielleicht nicht gleich mit höchster Geschwindigkeit, aber mit Nachhaltigkeit. Und das halte ich für absolut legitim und seriös.

### Beratung und Seminare

#### Angebot bisher nur in Hamburg:

After-Work-Coaching – jeden letzten Donnerstag im Monat (nächster Termin: 23. April 2009) Fach- und Führungskräfte aller Branchen treffen sich für zwei Stunden. Dabei gibt es immer einen kleinen theoretischen Input von mir. Anschließend kann jeder Teilnehmende, seine/ihre Themen mit einbringen und von den Sichtweisen der anderen profitieren. Ein gute Gelegenheit, sich mal wieder Zeit für sich selbst zu nehmen, sich auf ein paar wesentliche Aspekte zu besinnen und einfach nette Menschen kennen zu lernen.

#### Die Spezialistin für Nachwuchsführungskräfte:

Ich begleite Menschen bei Ihrer Entscheidung zur Führungskraft sowie in den ersten 100 Tagen und mindestens 2 Jahre nach Übernahme ihrer Führungsaufgabe – persönlich, individuell, objektiv

**... nur wer in Bewegung bleibt,  
kann die Richtung ändern**



**Mag. Barbara Graber**  
Erfolgstrainerin, Businesscoach,  
Speaker  
erfolgserlebniswerkstatt –  
PePPER your Business  
Uteweg 19/4  
A-9020 Klagenfurt am Wörther-  
see  
office@erfolgserlebnis.at  
www.erfolgserlebnis.at

## Barbara Graber Klagenfurt am Wörthersee

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Weil ich es für wichtig halte, Frauen zu stärken, sich für ihre Anliegen und Bedürfnisse einzusetzen. Gerne unterstütze ich sie dabei, souveräner und mutiger ihre Leistung zu argumentieren und erfolgsorientiert zu verhandeln.

### Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:

Ich selbst erlebe kaum Ungerechtigkeit, da ich bei meinen Honorarforderungen ganz selbstverständlich für mich in Anspruch nehme, das gleiche zu bekommen, wie männliche Kollegen; und manchmal – durch sicheres Auftreten und ein bisschen mehr PePPER – sogar mehr ...

Bei meinen Klientinnen sehe ich das Problem allerdings: Sehr oft liegt's an der erlernten Bescheidenheit und der Resignation vor einem System, das als starrer wahrgenommen wird als es ist. Weniger ist nicht immer mehr – wer mehr will muss glaubhaft mehr fordern und zwar nicht mit der Argumentation „Der Kollege kriegt's auch“ sondern mit scharfem Blick auf die eigene Leistung, persönliche Erfolge und individuelle „Siege“.

Weil ich die Erfahrung gemacht habe, dass unter dem Diktat der Zeit oft die Reduktion auf das Wesentliche leichter gelingt. Der Fokus wird durch die Bündelung von Ressourcen schärfer, die Fragestellung präziser und die Entscheidung für eine Lösung eindeutiger. Gleichzeitig reduziert sich das Zweifeln und Hadern massiv, denn die Zeit fürs Jammern zu verplempern – das scheint dann ja doch zu schade zu sein ...

Dieses High Speed Coaching ist auch deshalb zu empfehlen, weil sich die Coachees in jedem Fall darauf verlassen können, von den besten der Besten – an der Spitze Sabine Asgodom – gecoacht zu werden. Lauter Coaches mit jahrelanger Erfahrung in ihrem Bereich und großem Engagement für die Sache sind Garanten für Seriosität und geballte Umsetzungskraft!

### PePPER = PerfectPersonalPerformance für mehr Würze in Ihrem (Arbeits-)Leben.

In Vorträgen, Seminaren & Coachings entwickeln oder verfeinern Sie Ihr Erfolgsrezept mit der richtigen Schärfe:

PePPER your Business

PePPER your Image

PePPER your Service

### PePPER your Life Coachings:

Sie schärfen Ihren Blick fürs Wesentliche, entwickeln scharfe Kanten, bringen scharfe Argumente und ziehen scharfe Grenzen

### PePPER your Team Events:

Business & Arts – scharfe Teamentwicklung. Auch durch Erfolgserlebnisse in Kunst und/oder Küche



## Annett Graf Kassel

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

... weil ich immer wieder erlebe, dass Frauen für all das, was sie leisten, ob in Beruf oder Familie weniger anerkannt und entlohnt werden!

### Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:

... die meisten Frauen, die ich beruflich oder privat kennen gelernt habe, haben einen sehr hohen Eigenanspruch an die Qualität und Quantität ihrer Leistung. Dies wird zwar gerne von den Unternehmen oder/und der Familie angenommen, doch selten entsprechend honoriert. Das Ergebnis ist häufig eine persönliche Unzufriedenheit der Frauen, die eine Spirale von Unannehmlichkeiten nach sich ziehen kann.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

... weil WENIGER häufig MEHR ist und die Erkenntnisse die wir in kurzer Zeit (vielleicht auch unter Zeitdruck) gewinnen, oft die Impulse und Basis für große Veränderungen sind!

### Mein Angebot

Vor etwa 10 Jahren habe ich aufgrund des Wunsches nach Neuorientierung, nach mehreren Jahren Berufserfahrung und einem Studium der Betriebswirtschaft, ein Coaching absolviert. Damals habe ich als Personal- und Führungskräfte-

Entwicklerin der Deutschen Bahn AG sowohl den Nutzen von Coaching für den einzelnen Menschen in einem System und gleichzeitig den Nutzen und hohen Bedarf von Coaching für Unternehmen erfahren. Auf dieser Basis habe ich mich entschieden, selbst Coach zu werden.

Mit meiner fast fünfjährigen Ausbildung zum Management-Coach, Businessconsultler und zur NLP-Trainerin, hat für mich eine besonders spannende Zeit der persönlichen Veränderungen begonnen. Heute nach meinen langjährigen Erfahrungen in verschiedenen Führungspositionen und Projektaufgaben der Deutschen Bahn AG, möchte ich Menschen und Organisationen bei ihren Veränderungen begleiten.

Coaching & Beratung für Menschen und Organisationen in Veränderungssituationen...

- ob der Impuls zur Veränderung von innen oder von außen kommt

- ob die Veränderungen einen oder mehrere Lebensbereiche betreffen, ob sie kurzfristige oder langfristige Veränderungen wünschen.

**Annett Graf**  
Beratung & Coaching  
Stallupöner Str. 39  
34121 Kassel  
Tel: +49 561 286 0173  
Mobil: +49 160 974 380 27  
annett.graf@made-in-kassel.de



## Karin M. Hafen Offenbach

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Um meine eigenen Erfahrungen und Tipps weiterzugeben, wie ich es jahrelang erreicht habe, gleichbezahlt zu werden wie männliche Kollegen.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Viele Frauen sind erstarrt und resigniert, weil sie Zurückweisungen erlebt haben bei Gehaltsforderungen. Ihnen ist Sicherheit wichtiger als ein mutiger Wechsel und ein kritisches Gespräch mit Forderungen.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Oft braucht es nur 10 Minuten um als Frau die Motivation und den Kick zu bekommen, im nächsten Gehaltsgespräch mehr zu wagen und zu fordern als bisher. Wir Frauen denken und begreifen schnell – das geht auch in 10 Minuten. Unseriös ist es dagegen. Frauen so gering zu bezahlen für gleiche Arbeit.

Yes, You Can – MORE

### Coaching 4 more bedeutet: mehr zu erreichen, weiter zu kommen und sich zu entwickeln. Dem Beruf, der Karriere und der Lebens-Erfüllung mehr Möglichkeiten zu geben.

Karin M. Hafen ist eine CQM-Practitionerin und Praxisgruppenleiterin der ersten Stunde. Sie hat 2003 den ersten Kurs von Gabriele Eckert in Europa organisiert und wendet seither CQM begeistert in ihrer täglichen Praxis an.

Karin M. Hafen  
Coaching 4 More  
Alicestrasse 2  
63075 Offenbach  
Tel: 069 823 634 94  
Mobil: 0174 210 3335  
E-Mail: karinhafen@t-online.de



## Dr. Stephanie Hann München

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Ich beteilige mich an der Aktion, da ich sie als eine hervorragende Möglichkeit sehe, nochmals auf die Ungerechtigkeit bei der Bezahlung aufmerksam zu machen und ich gleichzeitig Frauen dabei unterstützen kann, sich für eine bessere Bezahlung einzusetzen.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Ich stelle bei mir und bei Klientinnen immer wieder fest, dass wir für unsere Leistungen zu wenig verlangen, da uns oft nicht klar ist, wie wertvoll diese sind und dass Männer für das Gleiche selbstverständlich mehr verlangen. Des Weiteren erlebe ich bei Frauen häufig Angst mehr zu fordern, da sie das Gefühl haben, es stehe ihnen nicht zu und wäre unbescheiden. Dem Sprichwort Bescheidenheit ist eine Zier, doch weiter kommt man ohne ihr folgen leider viele Frauen noch nicht, wenn es darum geht, für sich selbst mehr Geld zu fordern.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Bei einer konkreten Fragestellung können auch in kurzer Zeit wie in einem Highspeed-Coaching wertvolle Impulse gegeben werden, um ein Thema auch von anderen Perspektiven zu betrachten und

dadurch neue Handlungsmöglichkeiten zu sehen. Es stellt einen sinnvollen Einstieg dar, um mit einem Thema weiterzukommen.

**Leadership bedeutet inspirieren, motivieren, Potenziale erkennen, Erfolge erzielen und vieles mehr. Leadership Coaching unterstützt Sie dabei. Mein Coaching beruht auf einem innovativen Ansatz zur Personal- und Persönlichkeitsentwicklung, Energy Leadership™ aus USA. Ich arbeite mit einem modular aufgebauten Coachingprogramm zur Entwicklung eines individuellen und effizienten Führungsstils, das ganz auf Ihre Ziele zugeschnitten wird. Um zielgerichtet ansetzen zu können biete ich ein besonderes Assessment ELI (Energy Leadership Index™), das auch als 360 Grad Feedback einsetzbar ist und sich hervorragend für die Entwicklung von Führungspersonal eignet. Ich coache Sie face-to-face oder am Telefon, in Deutsch, Englisch oder Spanisch.**

**Über diesen neuen Ansatz zur Entwicklung von Leadership halte ich Vorträge sowie über Leben und Arbeiten im Ausland. Diese basieren auf meinen vielen Jahren in den USA und Mexiko, wo ich im interkulturellen Bereich tätig war.**



Dr. Stephanie Hann  
Leadership Coaching  
Volksgartenstr. 11  
80639 München  
Tel: +49-89-127127 32  
Fax: +49-89-127 128 14  
www.shlc.de  
s.hann@shlc.de



## Renate M. Hannemann Bensheim

### Mein Statement zum Equal Pay Day

Ich bin sehr dafür, dass Frauen von Anfang an wie ihre männlichen Kollegen auch auf eine Führungsposition im Unternehmen eingearbeitet und ohne Lohnunterschiede generell in allen Bereichen im Arbeitsmarkt beschäftigt werden.

Erfahrungsgemäß verlieren Firmen kreatives Potential und vieles mehr bei dem nicht voll ausgeschöpften Wert weiblicher Denk- und Führungsstile.

In circa 10 Jahren werden vermehrt Frauen die Arbeiten leisten müssen.

Selbstbewusst sollten Frauen ihre Chancen nutzen und Herausforderungen mutig annehmen. Die Karriere-Weichen sind gestellt – wissenschaftliche Studien unterstützen sie dabei.

Entscheider in den Chef-Etagen gilt es zu sensibilisieren und zum Umdenken zu verlassen. Gemeinsam geht Alles leichter.

### Frauen im Kampf gegen Diskriminierung stehe ich auch als Soroptimistin zur Seite.

Ich verfüge über langjährige Managementenerfahrung. Vor meiner Selbständigkeit war ich als leitende Angestellte (Filialdirektorin) in einem Allfinanzkonzern tätig. Heute biete ich mit meinem „Institut für Zukunftsgestaltung“ als eine erste Adresse in der Mitte Deutschlands, u.a. an:

1. Einzel-Coachings für alle, die mehr Erfolg wollen. In 6-10 Doppelstunden wird mit Unterstützung wissenschaftlicher Methoden die berufliche (oder private) Situation analysiert und geklärt, wie Sie Ihre beruflichen oder persönlichen Ziele besser erreichen können.
2. Entdecken und wecken Sie Ihre Stärken im Bereich Sozial Kompetenz, Management oder Verkauf anerkannte Analyse-Verfahren, wie das DNLA, kommen dabei zum Einsatz
3. Diese 5 Bausteine: 1. Gesundheit, 2. Finanzen, 3. Beziehung, 4. Emotionen, 5. Sinn untermauern den Aus- und Aufbau für ein ganzheitlich, erfolgreiches Leben
4. Das Rhetorik –und Kommunikations- Training (Chefrainerin am Deutschen Institut für Rhetorik) zeigt Ihnen Wege auf, wie Sie den richtigen Ton in jeder Situation treffen

Renate M. Hannemann  
Coaching & Seminare  
Am Marktplatz 1  
64625 Bensheim  
Tel.: +49 (0) 6251 – 98 58 50  
Fax: +49 (0) 6251 – 98 54 22  
Einzelheiten im Web:  
[www.Hannemann-Renate.de](http://www.Hannemann-Renate.de)  
oder schreiben Sie an  
[renate.hannemann@t-online.de](mailto:renate.hannemann@t-online.de)  
Hotline: 0171 / 8 666 9 88 |



## Susanne T. Hansen Zornheim bei Mainz

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Ich freue mich, mein Wissen und meine Erfahrung für eine gerechtere Vergütung von Frauen engagiert einbringen zu können!

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Kaum ein Coaching von weiblichen Führungskräften, in dem die Managerinnen nicht die mangelnde Wertschätzung, die in der regelmäßig geringeren Bezahlung zum Ausdruck kommt, als Thema auf den Tisch bringen.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Manchmal bedarf es nur einer einzigen punktgenauen Frage, um einen Stein ins Rollen zu bringen – darin liegt die Kunst des Coaches. Außerdem bringt die Aktion die Ungerechtigkeit ans Licht und schafft damit Bewusstheit für das Thema ein.

### Schwerpunkt:

- Business-Coaching und Sparring für Führungskräfte zur Steigerung der Selbststeuerung
- Begleitung von personalstrategischen Prozessen in Unternehmen
- PersönlichkeitsProfiling

Susanne T. Hansen  
Inhaberin  
EXIST Personalstrategien  
Niedernbergstraße 28a  
55270 Zornheim  
fon +49 (0) 06136.952 79 00  
mobil +49 (0) 177.444 91 72  
[susanne.hansen@exist-personal.de](mailto:susanne.hansen@exist-personal.de)  
[www.exist-personal.de](http://www.exist-personal.de)



**Jörg Hartig**  
Diplom-Psychologe  
Coach, Berater, Therapeut  
0341 Ditttrichring 10  
04109 Leipzig  
Tel./Fax: 0341 – 550 3007  
Mobil: 0151-160 27 574  
beratung@joerghartig.de  
www.joerghartig.de

## Jörg Hartig Leipzig

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

„Gleiches Geld für gleiche Arbeit“ ist für mich selbstverständlich. Damit dies jedoch kein Lippenbekenntnis bleibt, möchte ich die Equal Pay Day-Aktion nutzen und im Rahmen meiner Möglichkeiten Frauen auf ihrem Weg hin zu gleicher Bezahlung wirksam unterstützen.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Zum Glück recht wenig. Ich erinnere mich an meinen ersten Arbeitsvertrag, der mir von einer Klinik angeboten wurde. Ich sollte erst einmal unbezahlt als Praktikant anfangen. Zu der Zeit war ich schon Familienvater! Ich habe dankend abgelehnt und in diesem Moment meine Laufbahn als Freiberufler beschlossen und begonnen und es nie bereut. Von diesem Mut zum Risiko und mei-

nen Erfahrungen gebe ich gern in der Beratung ab.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Coaching hilft bei der Lösungsfindung im Sinne von Hilfe zur Selbsthilfe. Auch beim Highspeed-Coaching sind wir in der Lage, Denkanstöße zu vermitteln. Um erste Impulse zu geben, ist das Highspeed-Coaching daher mit Sicherheit sinnvoll.

### Hartig & Musikowski – Diplom-Psychologen

Mein Angebot reicht vom Coaching bis hin zur Psychologischen Beratung. Themen sind die Entwicklung der Persönlichkeit, Lebensgestaltung und -führung, Karriereberatung, Umgang mit Stress und Erschöpfungssyndromen (Burnout), Stress-, Zeit- und Selbstmanagement. Kurz gesagt, helfe ich Menschen dabei Ihre Ziele zu verwirklichen, Erfolg zu haben, zufriedener zu werden und möglichst gesund zu bleiben.

**Coaching: Gesundheits-, Life- und Business-Coaching**  
**Vorträge und Training**  
**Psychologische Beratung und Psychotherapie (HPG)**



**Martina Hautau**  
SICHTBARMACHERIN  
Goethestr. 7  
44791 Bochum  
0234 52550  
www.sichtbarmacherin.com  
www.sicht-bar.in  
www.twitter.com/sichtbarmachen  
www.twitter.com/kissmecoach

## Martina Hautau Bochum

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Wenn wir in der Wirtschaft als Frauen 24% weniger bekommen, ist dies schon bedauerlich genug. Betrachten wir den Profisport – z.B. Frauenfußball –, ist dieses prozentuale Gefälle, um ein vielfaches höher.

Hier wird sehr deutlich das Ungleichgewicht sichtbar und die Argumente sogar hörbar! Aber es ist auch die Frage des Selbstwertes und der Selbsteinschätzung der Frauen, denn manche Jobs würde eine Mann für diesen Preis nie durchführen. Frauen zu stärken in dem, was Sie tun, auch den Gegenwert für Ihre Leistung als EINKOMMEN zu erlangen, stärke ich gerne!

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Immer wieder treffe ich auf selbständige Frauen, die als Einzelkämpferinnen in Ihren Geschäft als Dienstleisterinnen/Freelancer Ihr eigenes Honorar sehr gering ansetzen. Es liegt manchmal an zu wenig Wissen über Kalkulation, aber auch an der Supporterseele. Oder an dem Gedanken, das billiger als die Mitbewerber – Kunden anzieht und bindet! Auch das reduzieren des Preises, um einen Auftrag zu bekommen, ist immer wieder gängige Methode!

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Kurzes und effektives Coaching setze ich auch in meiner täglichen Arbeit ein!

### Ich unterstütze Menschen beim Wandel Ihrer Blickwinkel und Sichtweisen, um ganzheitlichen Lebenserfolg zu realisieren.

Betrachten wir das Leben wie ein Rad mit den Speichen – Beziehungen, Gesellschaft, Gesundheit, Finanzen, Bildung wird, wenn nur eine Speiche bricht oder zu schwach ausgebildet ist das System niemals rund laufen! Aber auch wenn eine Stelle gestärkt wird und gesundet, hat dies Auswirkungen auf das gesamte System.

Denn viele Menschen drehen ausführlich mit Ihren Freunden, Bekannten, Arbeitskollegen ihr „PROBLEM“ ohne Klärung/ Lösung zu erlangen! Die Veränderung des Blickwinkels schafft Lösungsideen, und dies ist in 5-10 Minuten möglich! Um dann direkt auch aktiv zu werden! **Einfachheit in die Komplexität des Lebens bringen, dazu dient auch mein Buch: KISS ME COACH (ISBN: 9-783-837-090-758)**

Als Kennenlern-Angebot biete ich 10 Minuten an ... und die Referenzen sind durchweg positiv ([https://www.xing.com/app/profile?op=guestbook;name=Martina\\_Hautau](https://www.xing.com/app/profile?op=guestbook;name=Martina_Hautau) – geht nur wenn Sie auf Xing Mitglied sind).



**Timo Hinrichsen**  
Dipl. Betriebswirt  
Lösungsfinder GmbH  
www.loesungsfinder.ch  
mobil: +41 (0) 79 41 69 -330  
timo.hinrichsen@loesungsfinder.ch

## Timo Hinrichsen Galgenen, Schweiz

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

„Coach zu sein bedeutet, Impulse zu geben und neue Perspektiven anzubieten. So können wir ein Zeichen setzen und der Gesellschaft einen solchen Anstoss anbieten.“

### Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:

„Immer wieder erlebe ich, dass weibliche Führungskräfte stärker um Gehaltserhöhungen kämpfen müssen als männliche. Gerade letzte Woche erzählte mir eine Klientin, dass man ihr im Jahresgespräch gesagt hätte, dass sie bereits mehr verdienen würde als ihre weiblichen Kollegen und sie sich damit zufrieden geben müsste.“

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

„Manchmal steht ein Klient einfach vor einer Mauer und weiss einfach nicht, wie es weitergehen soll. Dabei wissen sie meistens genau, wo der Eingang zu finden wäre. Wir können die Tür nicht für den Klienten aufstossen – aber wir helfen den Schlüssel zu finden.“

### Die ersten 100 Tage kann man nicht nachholen

Seit 2004 coached und berät Timo Hinrichsen Führungskräfte aus dem Tourismus, darunter Aussendienst Führungskräfte der TUI in den Feriengebieten.

Typische Anlässe für ein Lösungsfinder Coaching sind:

- Antritt eines neuen Jobs
- Vertragsverhandlungen und
- Standortbestimmung in der Führungswelt



**kontor5**  
Personalentwicklung  
mit Mentoring

**Gabriele**  
Hoffmeister-Schönfelder  
Kontor5  
Alte Volksparkstraße 24  
22525 Hamburg  
Tel.: +49 40 41095550  
Fax: +49 40 41095555  
www.kontor5.de  
kontakt@kontor5.de

## Gabriele Hoffmeister-Schönfelder Hamburg

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Die Idee hat mich sofort begeistert, da muss frau mitmachen. Es gibt noch viel zu tun, da gibt es keinen Zweifel, die Zahlen sprechen Bände. Uns geht die Arbeit nicht aus.

### Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:

Es gibt oft, bis zu einem Zeitpunkt in der Laufbahn/Karriere, gar nicht das Bewusstsein der ungerechten Bezahlung. Das hängt auch damit zusammen, dass leider für Frauen das Thema Benchmark am Gehalt ein Tabu-Thema ist. Viele Frauen sind auch heute noch davon überzeugt, gute Arbeit wird gesehen und belohnt, bloß wann? Eigen-PR.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Highspeed-Coaching ist sinnvoll, da sich jede Teilnehmerin ja schon mit sich selbst beschäftigt hat, sonst wäre sie ja gar nicht gekommen. Die Basis für das Coaching ist, offen und neugierig auf das Highspeed zu sein. Eine seriöse Methode, aber natürlich nicht allumfassend. Der 1. Schritt zum Erfolg.

### kontor5 führt Menschen aus unterschiedlichen hierarchiefreien Bereichen zusammen – ohne Barrieren, mit gemeinsamen Zielen

Matching von guten Mentoren-Mentee-Tandems

- Persönliches Interview/Gespräch und Fragebogen mit Mentoren und Mentees
- Mentoren: Lebens und Berufserfahrung für die Charakterisierung der Profile
- Mentees: Visionen zu realistischen Zielsetzungen kanalisieren
- Tandems bilden und bei der Auftaktveranstaltung bekannt machen: Vorbereitung, Durchführung und Steuerung
- Erfahrung mit Mentoring-Programmen in unterschiedlichen Größen, Konzernen und Regionen
- Umsetzbare Zeitpläne
- Schlanke, kurze Arbeitsabläufe
- Prozessüberwachung



SMS Sales Management Success GmbH  
Geschäftsführerin und Systemischer Coach Uschi Kaltner  
Pelargonienweg 62  
81377 München  
www.smsgmbh.de

## Uschi Kaltner München

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Ich beteilige mich an der Equal Pay Day-Aktion, weil ich es für eine gute Sache halte, die Aufmerksamkeit der Öffentlichkeit dafür zu wecken und die Medien, die Politik und die Wirtschaft dadurch zu erreichen. Und weil es mir generell wichtig ist, eine gute Sache ehrenamtlich zu unterstützen. Und wenn nur einige Frauen etwas für sich mitnehmen, ist es für mich ein Erfolg, eine gute Tat, das Gefühl, für jemanden was getan zu haben. Menschen sind mir wichtig!

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Bei mir selbst erlebe ich die Ungerechtigkeit weniger, da ich selbständig bin und es an mir liegt, wie ich mich verkaufe. Bei wenigen Klienten ist es spürbar und ungerecht.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Weswegen unseriös? Nur weil wir die Aufmerksamkeit dadurch auf einen ungerechten Zustand lenken? Ich denke, es kann all diesen Frauen etwas Positives für ihr Leben bringen und vielleicht auch in der Öffentlichkeit und Wirtschaft zu mehr Aufmerksamkeit und Anerkennung (damit eine Preis/Gehaltssteigerung) führen.

### Consulting Training Coaching für:

Führung  
Vertrieb  
Kommunikation  
Konflikt  
Teambildung  
Organisationsentwicklung  
Persönlichkeitsentwicklung

Mein Slogan:

**Auf zu neuen Ufern!**



Dipl.-Kfm. Armin M. Kittl  
Inhaber der EAGS  
- Erfolgsakademie für Genialität und Spitzenleistungen®  
Buschweg 3  
83730 Fischbachau  
Tel.: +49-8028-904066  
Fax: +49-8028-904073;  
E-Mail: info@eags.de  
www.eags.de

## Armin Kittl Fischbachau, Oberbayern

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Idealismus, Gerechtigkeitsempfinden. Leistung soll belohnt werden – und zwar unabhängig vom Geschlecht.

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Es ist noch Gang und Gäbe, dass sich Männer sich selbst besser verkaufen und darstellen als die Frauen, speziell wenn der Chef ein Mann ist.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Weil Top Coaches in kürzester Zeit die Einstellung des Coachees klarstellen und dessen Vorzüge, dessen USP herausarbeiten können; Top Coaches helfen bei der richtigen Wahrnehmung der Situation und helfen dem Coachee, sich selbst besser in Szene zu setzen.

Deutschlands Spezialist für Geniales Denken, Innovationsmanagement, Wissensmanagement

Mitglied der Platinum Speakers

Mitglied der 50 Top-Referenten und Keynote Speakers Europas

Mitglied bei Trainers Excellence

GSA German Speakers Association, IFFPS

Kittl zählt zu den 24 Top-Referenten der business bestseller seminare, des Verlags des größten deutschsprachigen Wirtschaftsbuchmagazins.



## Ute Körner Hamburg

**Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:**  
Es ist mir ein tief empfundenes Anliegen, die Situation von Frauen im beruflichen Alltag mit allen Kräften zu stärken. Im Equal Pay Day sehe ich eine doppelte Chance auf zwei Ebenen: zum Einen geben wir – auch wenn es nur Minuten-Coachings sind – sicher doch wertvolle Impulse und Anregungen und damit ganz konkrete Hilfestellung, zum Anderen wird durch den Rekordversuch entsprechende Aufmerksamkeit in der Öffentlichkeit erzielt.

**Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:**  
Als ehemalige Führungskraft im Personalbereich einer Bank bin ich selbst mit dem Thema in Berührung gekommen, da ich z.T. Einblicke in Gehaltsstrukturen hatte und tatsächlich die Höherbezahlung männlicher Kollegen auf gleicher Ebene mit vergleichbaren Eckdaten (Alter, berufliche Erfahrungen, Verantwortung) erleben „durfte“. Das habe ich als frustrierend und verletzend erlebt. In einer anderen Rolle – als Interviewer bei externen Einstellungen – habe ich allerdings auch die andere Seite erlebt, dass Frauen wenig monetäre Forderungen stellen, das Thema als unangenehm empfinden und insofern durch eigenes Verhalten dazu beitragen, dass bereits beim Einstieg in eine

Tätigkeit das Gehalt geringer als bei einem selbstbewusst verhandelndem Mann ausfällt.

**Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:**  
Weil ich darin die Chance sehe, die Coachees durch die extrem geringe Zeitvorgabe zu „zwingen“, sich auf ihre eigentliche Problematik, die sich im Idealfall auf EINE Frage reduzieren lässt, zu fokussieren und an deren Umsetzung dann ebenso fokussiert arbeiten zu können. Die Kürze der Zeit wirkt m.E. zugunsten der inhaltlichen Klarheit.

### ANGEBOT:

- Coach in sämtlichen Facetten der beruflichen und persönlichen Lebenswelten
- insbesondere Coaching und Beratung von Frauen in der (vermeintlichen) Entscheidungssituation Familie/ Karriere
- Trainerin und Beraterin für Personalentwicklungsmaßnahmen und Potenzialdiagnostik in Unternehmen
- spezielle Trainings für weibliche Körpersprache und Kommunikation

Ute Körner  
Beratung Coaching Training  
Volksdorfer Damm 152  
22359 Hamburg  
0172/4573515  
UteKoerner@web.de



## Ursula Kraemer Friedrichshafen

**Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:**  
Ich beteilige mich am Equal Pay Day, weil ich mit meinem Engagement auf die Ungleichheit in der Bezahlung von Frauen aufmerksam machen will – je mehr wir sind, desto eher können wir etwas bewegen.

**Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:**  
In meiner Arbeit als Coach erlebe ich es immer wieder, dass Frauen weniger angeboten wird als Männern. Doch auch die Frauen selbst schätzen ihr Können oft nicht richtig ein: sie verlangen weniger und handeln weniger aus als ihre männlichen Kollegen. Ganz gleich, ob bei der Einstellung, beim Gehaltsgespräch oder bei Honorarverhandlungen.

**Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:**  
Um auf die ungleiche Bezahlung aufmerksam zu machen, ist die Aktion eine sehr gute Gelegenheit. So kann eine breite Aufmerksamkeit erzielt werden. Und wenn die jeweilige Klientin nur eine Frage stellen wird, ist es möglich, auch in kurzer Zeit einen Impuls zu geben und/oder die Sichtweise auf das Problem zu erweitern.

**Mag.rer.soc. Ursula Kraemer, Studium der Sozialwissenschaften, ausgebildete Coach und Mediatorin, Gründerin und Inhaberin von navigo-coaching in Friedrichshafen. Seit 1981 selbstständige Trainerin in den Themengebieten Kommunikative und Soziale Kompetenz, Konflikte und Selbstmanagement. Auftraggeber sind Wirtschaftsunternehmen, Verwaltungen, Kammern, Kliniken und Hochschulen, Kommunen und Landesregierungen in Deutschland, Österreich und Liechtenstein:**

1996 Gründung von navigo-coaching und Beginn der Arbeit als Coach und Wirtschaftsmediatorin in eigener Praxis.

2003 Gründung von Doktors-Coach Training, Coaching und Beratung in Praxen und Kliniken. Gründerin des BusinessCoaching-Netz, einem Zusammenschluss professioneller Coaches.

Gelistet in der Coachdatenbank Deutschland ([www.coach-datenbank.de](http://www.coach-datenbank.de))

Akkreditiert bei der KfW ([www.kfw-beraterboerse.de](http://www.kfw-beraterboerse.de)) und dem RKW zur Beratung von Existenzgründern und Jungunternehmern. Verfasserin zahlreicher Artikel, Aufsätze und Newsletter, Moderatorin und Vortragsrednerin.

Ursula Kraemer M.A.  
navigo-coaching  
Schienerbergweg 11  
D-88048 Friedrichshafen  
Tel. +49 (0) 7541 74494  
Fax. +49 (0) 7541 23142  
uk@navigo-coaching.de  
[www.navigo-coaching.de](http://www.navigo-coaching.de)  
[www.businesscoaching-netz.de](http://www.businesscoaching-netz.de)



## Nadja Lins Giessen-Linden

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Ich beteilige mich an der Equal Pay Day Aktion, weil es zum einen eine tolle Gelegenheit ist, möglichst viele Frauen in Ihrem Vorhaben zu unterstützen, für Ihre Arbeit gleichberechtigt bezahlt zu werden. Zum anderen ist es inspirierend, mit gleichgesinnten Kollegen an einem Strang zu ziehen.

### Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:

Meine Klienten empfinden die Ungleichbehandlung als mangelnde Wertschätzung. Schließlich arbeiten Sie genauso gut und engagiert, wie ihre männlichen Kollegen.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Highspeed Coaching ist sinnvoll, denn die Coachees sind Menschen, die schon einen gewissen Leidensdruck haben und die Lösungsmöglichkeiten bereits in sich tragen. Das Highspeed-Coaching kann eine Initialzündung sein und dadurch einen Veränderungsprozess anstoßen.

### Nadja Lins Coaching Krisenlösung durch Menschlichkeit Vorträge, Workshops, Seminare



Nadja Lins  
Rechtsanwältin, Trainerin,  
Coach, Referentin  
Firmenanschrift:  
Am Pfad 8, 35440 Linden  
(Giessen)  
Tel.: 06403-63662  
Fax: 06403/925350  
info@nadjalins.de  
www.nadjalins.de



## Sabine Loch Hamburg

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Ich beteilige mich am Equal Pay Day, weil ich sehr gerne coache, unterstütze, mich erfreuen kann, wenn die Coachees mit einem besseren Gefühl und einer klareren Sicht, sprich: motiviert und zielorientiert, aus dem mit mir geführten Coachinggespräch gehen. Ein glücklicher Coachee ist für mich das, was für einen Schauspieler im Theater der Applaus ist. Weiterhin möchte ich mein Netzwerk erweitern und ich möchte daran arbeiten und mitwirken, dass das Thema „Coaching“ im Allgemeinen und im Speziellen öffentlicher und greifbarer wird.

### Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:

Die Ungerechtigkeit habe ich persönlich – vor allem in großen Konzernen –, wie auch als Coach und Beraterin meiner Coachees und Mandantinnen erlebt. Frauen neigen eher als Männer dazu, stillschweigend (der Ruhe und des Friedens zuliebe) unterbezahlte Tätigkeiten und Aufgabenstellungen, unbezahlte Überstunden usw. in Kauf zu nehmen. Und dies geht durch alle Verantwortungsbereiche hindurch, von der Sachbearbeiterin bis zur Managerin. Gerne wird statt einer angemessenen Entlohnung oder Bonuszahlung ein Schulterklopfen oder ein Blumenstrauß des Geschäftsführers als das nonplus-ultra gesehen. Und es wird weitergeschuftet. Aus Gründen der eigenen (oftmals unbegründeten) Unsicherheit, fehlendem Selbstbewusstseins sowie des fehlenden Bewusstseins der eigenen Stärken und Ressourcen geben

sich Frauen häufig mit einem Bruchteil des angemessenen Gehaltes oder Tageshonorars zufrieden. „Bloß nicht negativ auffallen, man könnte mich ja für zickig o.ä. halten“. Und weitere vermeintliche Nachteile könnten die Folge sein – (glauben die Frauen, und daran glauben sie leider sehr stark)

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Hier ein gesundes, faires Mittelmaß zu finden sollte das Ziel sein. Und daher finde ich Highspeed-Coaching sinnvoll und NICHT unseriös.

### Erfolgreich durch Beratung

Meine Beratung erhöht die Fähigkeit des adäquaten Aufnehmens und Beantwortens von Kommunikationssignalen, Das stärkt die Fähigkeit, aktuelle Herausforderungen schnell zu erkennen und marktorientiert zu bewältigen. Seit 2006 bin ich als Business Coach und Trainerin mit eigener Unternehmensberatung tätig.

BUSINESS COACHING, COMMUNICATION CENTER, VERTRIEB, ALLGEMEINE BERATUNG

- Existenzgründungsberatung für Frauen
- Coaching von Führungskräften
- Training und Coaching für Privatpersonen

Sabine Loch  
Coach, Beraterin und Trainerin  
c/o BBU Unternehmensberatung  
GmbH  
Sinstorfer Kirchweg 72-94  
21077 Hamburg  
0172 422 362 8  
Tel. Bürozeiten:  
09.00 Uhr bis 18.00 Uhr  
info@sabineloch.de  
www.sabineloch.de



## Karin Lohner Stockdorf bei München

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Wenn wir aufhören die Andersartigkeit als Beschränkung zu empfinden, sondern sie als wertvolle Bereicherung für uns sehen, ist eine gleichwertige Bezahlung eine Selbstverständlichkeit, kein Diskussionspunkt

### Wie ich Entlohnung Ungerechtigkeit erlebe:

Gleichwertigkeit ist die Basis für menschlichen Frieden und damit für den Frieden in uns = unsere wirkliche Zufriedenheit. Wir – jeder einzelne von uns – sind die Schöpfer von Gleichwertigkeit. Von alleine entstehen kann sie nicht. Wenn es einest fällig wird, darüber nachzudenken, wie ich die Welt hinterlasse, möchte ich sagen: ein bisschen besser, weil ich getan habe, woran ich glaubte. Wenn wir es schaffen, Gleichwertigkeit – nicht Gleichheit – zu schaffen, haben wir es geschafft! Durch nichts anderes und keinen Tag vorher.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Coaching ist ein spannender Prozess. Denn der Coach tut nichts anderes als uns an unsere inneren Türen zu führen, die im Laufe unserer Erlebnisse und Erfahrungen geschlossen wurden. Entweder wurden sie uns vor mehr oder weniger langer Zeit vor der Nase zugeschlagen durch Äußerungen wie „Das kannst Du sowieso nicht“, „Das ist unmöglich“ oder „Das ist nichts für Frauen“. Oder wir haben die Tür selbst ins Schloss fallen lassen und den Schlüssel weggeworfen durch Annahmen und Glaubenssätze wie „Ich bin zu dumm, zu klein, zu unbedeutend...“

Alle diese Dinge sind lediglich unsere Wahrnehmung und meist weit weg von der Wahrheit! Wenn wir so wollen, geht der Coach mit uns auf Schlüsselsuche. Sobald wir den Schlüssel für eine dieser Türen gefunden haben, liegt es nur noch daran, sie selbst (wieder) zu öffnen und neue, größere und hellere Räume

zu betreten. Was der Schlüssel ist? Eine Erkenntnis, erreicht durch eine richtige Frage, einen richtigen Satz.

**Menschen mit denen ich arbeite:** Unternehmer in Sachen Lebensqualität, Leistungskraft und Professionalität egal welchen Alters, Geschlecht, Herkunft oder Position.

### Karin Lohner ist ...

- Dolmetscherin, Betriebswirtschaftlerin Mensch, Frau, Mutter, Kosmopolitin, Philosophin, Möglichkeitsenscout, Sparringspartnerin und Wertschöpferin.
- Executive Coach mit eigener Praxis in Deutschland und USA seit 1996
- Ausbildungsleitung Studiengang zum Business Coach seit 2003
- Mitglied bei der International Coach Federation ICF Deutschland und USA



Lohner Coaching  
Mitterweg 39  
82131 Stockdorf  
Geschäftsführung:  
Karin Lohner  
Projektmanagement:  
Denise Hilzinger  
Fon +49 (0)89 – 75 97 98 35  
Fax +49 (0)89 – 75 97 98 36  
Cell +49 172 8524 844  
info@LohnerCoaching.com  
www.lohnercoaching.com



## Ursu Mahler München

Täglich erlebe ich in Coachings und in Trainings, dass sich Frauen „unter Wert“ verkaufen. Wir trauen uns nicht zu fordern, wir glauben immer noch zu häufig, bescheiden, freundlich und liebenswert sein zu müssen – und deswegen verzichten wir auf uns Zustehendes.

Die Coaching-Aktion ist eine ausgezeichnete Möglichkeit, einerseits Frauen darin zu bestärken, klare Forderungen zu stellen – andererseits aufzuzeigen, dass dies nicht rabiat und „mit dem Kopf durch die Wand“ geschehen muss. Diplomatie und Freundlichkeit sind trotzdem angesagt.

Ich höre fast täglich in meiner Arbeit von Frauen, die schlechter bezahlt sind als ihre männlichen Kollegen. Wenn wir mit dieser Equal Pay Day-Aktion erreichen, dass Frauen sich trauen, hat sich die ganze Arbeit vielfach gelohnt.

Ursu Mahler BDU/CMC, Managementtrainerin, Potenzialentwicklerin, Senior-Coach, Keynote-Speaker  
Spezialisiert auf Live- und Business-Coaching für Frauen und Führungskräfte

Ursu Mahler  
Firmenanschrift:  
Karlststraße 41  
80333 München  
info@ursumahler-training.com  
www.ursumahler-training.com





Michl Group

**Christa Mesnaric**  
 Inhaberin Michl Group – Die Unternehmensberatung mit Akademie: Consulting . Training . Coaching Akademie für Führung und Personalentwicklung  
 Am Katzenstein 1  
 82234 Weßling  
 Fon 08153 – 908 99 90  
 Fax 08153 – 908 99 94  
 www.michlgroup.de  
 www.bdvt.de  
 christa.mesnaric@michlgroup.de

## Christa Mesnaric Weßling

**Es gibt drei Gründe, warum ich mich als Coach für das High-Speed Coaching mit Weltrekordversuch einsetze und dem Equal Pay Day zur Verfügung stehe:**

1. Wir brauchen die weibliche Kraft in den Unternehmen und Organisationen. Weiblich und männlich passen perfekt zusammen, auch und gerade wenn es um Entscheidungen geht und Handlungen, von denen unsere Wirtschaft und damit auch die Entwicklung unserer Gesellschaft abhängen. Damit Frauen und Männer auf Augenhöhe miteinander arbeiten und leisten können, braucht es Gleichbehandlung. Gleiche Leistung bei gleicher Bezahlung!

2. Wir brauchen in den Unternehmen und in der privaten Weiterentwicklung schnelle, individuelle Maßnahmen, die kostengünstig und wirksam sind. Coaching gehört zu den nachhaltigsten Maßnahmen. Es übergibt Verantwortung und schult die Problemlösungskompetenz der Menschen. Damit dieses Potenzial mehr genutzt werden kann, muss

professionelles Coaching bekannter werden. Der Equal Pay Day wird dazu einen Beitrag leisten. Es wird sichtbar werden, welche Erfolge man in kürzester Zeit durch wertschätzende, tiefgehende Coachingmethoden erwirken kann. Wer sich das nicht vorstellen kann, komme bitte zum Equal Pay Day und prüfe selbst.

3. Ich möchte den Spaß, den wir dabei haben werden, nicht missen! Ich freue mich im Rahmen dieser wunderbaren Kolleginnen und Kollegen mit viel Freude etwas Gutes für andere tun zu können. Die Philosophen und die Hirnforscher lehren uns: Gutes für andere tun macht glücklich!

### Warum eigentlich Highspeed-Coaching?

Coaching ist per se eine schnelle Sache. Anders als im Training, wird beim Coaching ein konkretes Anliegen sofort bis zum Kernpunkt verfolgt. Mit den richtigen Fragen und der entsprechenden Erfahrung geht das in wenigen Minuten. Dieser Prozess löst beim Coachee etwas aus, das er/sie

in der folgenden Zeit selbst erledigen muss. Erst wenn der Coachee den ausgelösten Prozess durchlaufen hat (daran sind häufig umfangreiche „Hausaufgaben“ geknüpft), macht es Sinn, die nächste Coaching-Sequenz durchzuführen. Lange Rede – kurzer Sinn: man muss Highspeed-Coaching einfach einmal gesehen haben, um sich von der Wirksamkeit und heilenden Kraft zu überzeugen. Am 20. März ist Gelegenheit dazu. Ich freue mich auf Sie!

**Christa Mesnaric berät, trainiert und coacht seit 17 Jahren Führungskräfte und Mitarbeiter. Sie ist**

- Spezialistin für Erfolg
- ausgezeichnet worden mit dem Internationalen Deutschen Trainings-Preis 2008 in Gold
- sie ist Vizepräsidentin BDVT
- Master European Business Trainer®
- BDVT geprüfter Trainer und Berater



All Connecting Business

**Christa-Marie Münchow**  
 All Connecting Business: Begleitung von Veränderungsprozessen (speziell auch bei Generationenachfolge in Unternehmen) durch Business-Coaching, Moderation und Organisationsentwicklung.  
 Firmenschrift  
 Falkenbergsweg 37 A, 21149 Hamburg  
 www.all-connecting-business.de

## Christa-Marie Münchow Hamburg

**Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:**

Ich finde es eine großartige und mutige Aktion, mich hat die Idee sofort angesprochen. Meiner Überzeugung nach werden die Frauen, die auf diese Veranstaltung kommen um sich coachen zu lassen, mit Sicherheit von der Power angesteckt werden. Mir ist es ein Herzensbedürfnis, Frauen darin zu unterstützen „über sich hinauszuwachsen“. Deshalb habe ich mich nicht nur als Coach zur Verfügung gestellt, sondern mich auch als Sponsorin finanziell daran beteiligt.

**Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:**

Ich erlebe es so, dass Frauen aufgrund Ihrer stärkeren Beziehungsorientierung nicht fordernd genug und oft viel zu bescheiden bei finanziellen Verhandlungen auftreten und deshalb auch gerne „übersehen“ werden bei dem Thema „Mehr Geld“. **Hier der Link zu einem Artikel von mir zu dem Thema: <http://www.abendblatt.de/daten/2009/01/31/1030096.html>**

**Warum ich glaube, dass dieses Highspeed Coaching sinnvoll ist:**

Für mich gibt es dafür drei Gründe:

- a) Allein, dass es diesen Rahmen gibt und dass die Frauen dahin kommen, ist eine Bewegung für die Frauen in die richtige Richtung. Meine Erfahrung zeigt, dass damit schon erste Schritte getan sind und das Unterbewusstsein erfährt: Aha, dass soll sich jetzt was ändern
- b) Die parallel laufenden Coachings werden eine Unterstützungsatmosphäre schaffen, die sich mutmachend auf die Frauen auswirken wird. Sie haben Gelegenheit mit anderen Frauen darüber zu sprechen und sind nicht mehr allein mit dem Thema. Gemeinsame Power statt Einzelkämpfertum
- c) Als erfahrener Coach weiß ich, dass es oft nur eine einzige richtige Frage war, die einen Quantensprung in der Entwicklung der Kundinnen auslöst hat. Und dass Mut machen und den Glauben an sich selbst verstärken, im wahrsten Sinne des Wortes „Berge versetzen“ kann. Gleichzeitig kann man sehr wohl in der kurzen Zeit klären, wie die Frauen ein Unterstützungssystem für sich aktivieren können.



Anja Mýrdal  
Ahlsdorfer Weg 8  
27383 Scheeßel  
T 0 42 63 – 98 48 48  
F 0 42 63 – 94 19 8  
info@anjamyrdal.de  
www.anjamyrdal.de

## Anja Mýrdal Scheeßel bei Rotenburg/Wümme

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Mit meinem Engagement möchte ich jüngere Frauen unterstützen, die ungerechte Lohnzahlung wahrzunehmen und sich für gerechte Lohnzahlung einzusetzen.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Ich erlebe, dass die ungerechte Entlohnung nicht wahrgenommen wird, da über die Gehälter und Löhne nicht offen gesprochen wird.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Highspeed-Coaching finde ich sinnvoll, da es sich um lösungs-fokussiertes Kurzzeit-Coaching handelt. Sofern die Chemie zwischen Coach und Coachee stimmt, genügt oft eine klitzekleine Intervention, um dem anderen sinnvoll auf den Weg zu helfen.

### Anja Mýrdal & Team

#### Training | Consulting | Coaching

#### Inhaberin und Leiterin des Unternehmens: Anja Mýrdal.

#### Bei uns erhalten Sie zertifizierte Weiterbildungen

Anja Mýrdal ist Lehr-Trainerin und Lehr-Coach des DVNLP e.V., sowie Trainer- und Coachausbilderin des BDVT e.V.

#### 1998 legte Sie den Grundstein zum Unternehmen.

Coach-Ausbildung (BDVT e.V. und DVNLP e.V.)

Trainer-Ausbildung (BDVT e.V. und DVNLP e.V.)

NLP- Ausbildungen (DVNLP e.V.)



Claudia Nuber  
Coach und Systemische Beraterin  
Haslacher Str. 1  
85625 Glonn bei München  
Tel. 08093-905 800  
Mobil 0172-282 3930  
claudia.nuber@cnconsult.de  
lwww.claudia-nuber.de und  
www.cnconsult.de

## Claudia Nuber Glonn bei München

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Mein erster Beruf ist Spediteur. Eine Männerdomäne. Es ärgert mich, dass Frauen 30 Jahre später immer noch besser sein müssen als Männer, um ernst genommen zu werden – und so ganz nebenbei dafür auch noch schlechter bezahlt werden! Ein anschauliches Beispiel ist der derzeitige Werbespot der Sparkassen („dann nehmen wir die Fähnchen“). Ich möchte Frauen ermutigen, sich in die Führungs- und Vorstandsriege zu wagen – und zwar bald!

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Ich begleite viele erfolgreiche Frauen, die in Vollzeit-Stellen bei gleicher Qualifikation alle (!) mindestens 15% weniger verdienen, als ihre männlichen Kollegen. Sie werden fast systematisch klein gehalten. Das können wir uns in Zeiten fundamentalen Wandels, den zu bewältigen weibliche Fähigkeiten mehr denn je gefordert sind, einfach nicht mehr leisten. Provokant gesagt: „Seht doch, wo uns die Kerle hingebracht haben!“

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Im Coaching setzen wir Impulse, die bei unseren Coachees Veränderung auslösen. Treffen diese Impulse auf den Punkt, ist das Coaching kurz und wirkungsvoll. Es heißt doch „In der Kürze liegt die Würze“ – kommen Sie und überzeugen Sie sich!

### CN CONSULT® – Vom Denken zum Handeln

Vom Denken zum Handeln“ ist die Maxime von Claudia Nuber, weltweit tätige Coach seit mehr als zehn Jahren. Gewinnen Sie Klarheit, seien Sie sich Ihrer Möglichkeiten bewußt und gehen Sie sicher Ihren Weg zu mehr Erfolg!

In deutscher und englischer Sprache arbeitet die mehrfache Buchautorin sowohl im Telefon- als auch im Präsenz-Coaching.

Privatkunden fühlen sich angesprochen bei  
www.claudia-nuber.de  
Unternehmen werden fündig auf  
www.cnconsult.de



## Beate Oehl Idstein

### Warum unterstütze ich den Equal Pay Day:

Ich finde es wichtig, dass für gleiche Arbeit der gleiche Lohn bezahlt wird – unabhängig von Geschlecht, Herkunft und sonstigen Faktoren. Es ist wichtig, dass in Unternehmen eine gesunde Mischung an weiblichen und männlichen Arbeitskräften beschäftigt wird. Es darf nicht sein, dass im 21. Jahrhundert Frauen wegen ihres Geschlechts schlechter entlohnt werden. Frauen sollten mutiger werden und sich besser verkaufen. Deshalb unterstütze ich den Equal Pay Day als Coach. Ich bin sicher wir werden vielen Frauen helfen, sicherer aufzutreten und zu Argumentieren und Ihnen Mut machen.

Beate Oehl  
Personalentwicklung, Beratung  
& Training  
Loni-Franz-Str. 10,  
65510 Idstein  
idsteiner-frauentag.de (meine  
persönliche Website ist gerade  
im Aufbau)  
Telefon +49 6126 990 301  
Mobil +49 172 6543 288  
Fax +49 6126 990 302

**Beate Oehl ist langjährige Lehrbeauftragte für Schlüsselqualifikationen in Bachelor und Master Lehrgängen der Hochschule Fresenius, Bereich Wirtschaft & Medien in Idstein**

Zurzeit wirkt sie an dem Projekt „Summer School“ für Pflegepersonal mit der VGU in Vietnam mit.

Als Beraterin und Trainerin leitet sie seit 1996 die Agentur für Personalentwicklung, Beratung & Training in Idstein. Zu ihren Kernkompetenzen gehören die Entwicklung und Durchführung von Weiterbildungskonzepten, die Umsetzung und Evaluation des ermittelten Bedarfs, sowie die Beratung und Begleitung von Organisationsentwicklungs- und Veränderungsprozessen. Sie trainiert und coacht seit vielen Jahren Fach- und Führungskräfte aus der Wirtschaft und Lehre, ist Autorin von zahlreichen Fernlehrgängen und Fachartikeln. Seit 2004 ist sie Initiatorin und Veranstalterin des Idsteiner Frauentages „Frauen in Balance“.

Beate Oehl hat mehr als 20 Jahre Praxiserfahrung bei 3M in Deutschland, wo sie zuletzt als Senior Personalentwicklerin und Trainerin bei der 3M Laboratories GmbH im Europäischen Schulungszentrum für den Forschungsbereich zuständig war.

### Als Netzwerkerin stehen Authentizität und Praxisbezug im Zentrum meines Handelns.

Wie können Menschen Zufriedenheit im Job und Leben gewinnen? Welche Rolle spielen die Kommunikation und der Umgang mit anderen dabei? Wie unterstützen effektives Selbst- und Erfolgsmanagement die Zielerreichung? Was bedeutet „Work-Life-Balance“? Wie können wir das Leben vereinfachen?

„Do it Now!“ ist seit langem mein Leitmotiv. Seien Sie mutig! Finden Sie Ihren persönlichen Stil und seien Sie kreativ. Und denken Sie daran: **„Wer immer in den Spuren von anderen wandelt, braucht sich nicht zu wundern, wenn er selbst keine hinterlässt.“**



## Angelika Pfisterer Pforzheim

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Ich beteilige mich am Equal Pay Day, weil ich es für eine nahezu unfassbare Wahrheit halte, dass Frauen bei gleicher Leistung immer noch schlechter bezahlt werden als Männer.

Und das in einer Zeit, in der wir Gleichberechtigung für selbstverständlich halten und genügend Beispiele belegen, dass Frauen nicht beweisen müssen, dass sie ihre Jobs mindestens so gut erfüllen wie ein Mann in einer vergleichbaren Position.

### Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:

Im Coaching erlebe ich die Entlohnungs-ungerechtigkeit immer wieder. Es werden Energien verschwendet, die an anderer Stelle wesentlich sinnvoller eingesetzt werden könnten. Auch erlebe ich – leider – immer wieder, dass einem Mann, bei gleicher Qualifikation, der hochwertigere Job per se eher zugetraut wird und die Entscheidung dann auf ihn fällt – weil er ein Mann ist und nicht, weil er die besseren Qualifikationen besitzt. Es ist ein nervenzehrender Kampf, bei dem Frauen sich ständig beweisen müssen. Fällt die Entscheidung auf die Frau, dann mitunter auch deshalb, weil sie bei der Gehaltsverhandlung zu größeren Kompromissen bereit ist. Und manchmal ist es auch einfach so,

dass Frauen ihre Leistung zu gering einschätzen, sich von vornherein unter Wert verkaufen und ihre Strategien nicht wirklich erfolgsorientiert entwickelt haben – eine wunderbare Möglichkeit für Coaching!

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Dieses Highspeed-Coaching ist sinnvoll, weil es alleine schon als große Aktion auf diesen Missstand aufmerksam macht. Highspeed-Coaching gibt Denkanstöße, öffnet neue Perspektiven und kann somit neue Impulse verschaffen und frische Energie frei setzen.

### Leistungen:

- Coaching für Führungskräfte
- Existenzgründungs-Coaching
- Veränderungs-Coaching
- Business Coaching
- Change Management – Begleitung von Veränderungsprozessen im Unternehmen
- Teamentwicklung
- Seminare, Trainings und Workshops
- Vorträge

Angelika Pfisterer  
pro-choice  
Beratung – Training – Coaching  
Mädachäckerweg 41  
75181 Pforzheim  
Fon +49 7234 946 7436  
Fax +49 7234 298 111  
Mobile +49 171 421 0634  
a.pfisterer@pro-choice.de  
www.pro-choice.de  
Postfach 13 01 04  
D-75136 Pforzheim



**Glücksrabe**  
Seminare und Coaching  
Peter Christian Rabeneck  
Charles-H.-King-Str. 12  
14163 Berlin

Tel + 49 (0) 30 27 49 92 80  
Mobil + 49 (0) 170 47 08 66 03  
info@gluecksrabe.de  
info@gluecksrabe.eu  
www.gluecksrabe.eu  
www.gluecksrabe.de

## Peter Christian Rabeneck Berlin

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Um meinen aktiven Beitrag zur Gleichberechtigung zu leisten.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Ich habe es selbst erlebt, bei ehemaligen Arbeitskollegen und Klienten. Ich bin dafür, dass Menschen nach Ihren Fähigkeiten bezahlt werden sollen, unabhängig vom Geschlecht und unabhängig von Hautfarbe, Religion oder Herkunft. Viele Einwanderer erhalten in den Industriestaaten für die gleiche Arbeit weniger Lohn, als Ihre Einheimischen Kollegen und die Frauen erhalten dann noch mal weniger. Also: Ja zur Lohngleichberechtigung und auf Grund der Lage, bitte auch sozial und ethisch verantwortlich.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Ja es ist möglich, auch meine Kunden sind immer wieder positiv überrascht, wie schnell ich Ihnen helfen kann, Ihr Leben in neue Bahnen zu bekommen. Zufrieden, glücklich und erfolgreich werden. Dabei bediene ich mich meiner Kenntnisse über das Gehirn. Unser Gehirn arbeitet fantastisch, es schützt uns so lange vor unseren Problemen, sorry Herausforderungen, bis wir eine Lösung gefunden haben. Das Entscheidende ist, die richtigen Fragen zu stellen und die Bereitschaft des Coachees.

### Was war zuerst da, der erfolgreiche Mensch oder der perfekte Prozess?

Daher unterstützen wir Führungskräfte, Mitarbeiter, Menschen, Ihren persönlichen Erfolg zu finden. Dabei

bedienen wir uns unserer Kenntnisse, der Funktionsweise des Gehirns und nehmen den Menschen in den Mittelpunkt. Die meisten Menschen können mehr, als sie sich selber zutrauen. Wir wecken sein/ihr Engagement und Selbstvertrauen. Helfen unbewusste Blockaden zu entdecken und in Chancen zu verändern.

Mit unserem Glücksrabe-Konzept benötigen wir wenig Zeit und sind gleichzeitig nachhaltig. Unsere Trainings sind aufbauend gestaltet und beinhalten alle wichtigen Modelle, um die erfolgreiche Veränderung gezielt anzugehen. Wir bedienen drei Schwerpunktthemen: Den Menschen im Beruf, den Menschen als Führungskraft und den Menschen als Persönlichkeit (Lifecoach).

Mehr Informationen erhalten sie unter [www.gluecksrabe.de](http://www.gluecksrabe.de). Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme, jetzt.



## Volker Römermann Hamburg

**Highspeed-Coaching gibt Anregungen und Tipps, wie man mehr aus sich machen und dadurch sicherer auftreten kann.**

### Kundenangebot:

Coaching fundiert, unter Berücksichtigung insbesondere der wirtschaftlichen und juristischen Möglichkeiten. Über ein Jahrzehnt Erfahrungen im Vertrags- und Verhandlungsmanagement.

Dr. Volker Römermann  
Römermann Training & Coaching  
Ballindamm 38  
20095 Hamburg  
Tel.: 040-30061934-0  
Fax: 040-30061934-1  
E-Mail: volker.roemermann@roemermann.com  
[www.roemermann-redner.com](http://www.roemermann-redner.com)



## Andrea Sachtleben Köln

**Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:**  
Ich beteilige mich am Equal Pay Day aus zwei Gründen: Es ist zum einen vorteilhaft, dass in so großer Öffentlichkeit über die Ungerechtigkeit sowohl in der Bezahlung als auch in der Vergabe von Stellen aufmerksam gemacht wird. Des Weiteren ist es mir ein Anliegen, dass das Thema Coaching und sein Nutzen eine breitere Aufmerksamkeit erhält. Ich möchte für beides meinen Beitrag leisten.

**Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:**  
Ein Schwerpunkt meiner Arbeit ist es, Frauen in weiblicher Führung zu coachen. Hier sehe ich immer noch mit Entsetzen, dass Schlüsselpositionen selten mit Frauen besetzt sind und Frauen immer noch von Beginn ihrer Karriere an benachteiligt sind. Ich möchte Frauen ermutigen, sich durchzusetzen und das fängt bei gleicher Entlohnung für gleiche Arbeit an.

**Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:**  
Tatsächlich kann ein guter Coach in 5 Minuten oder manchmal sogar in nur einem Satz einem Kunden soviel Ermutigung geben, dass dieser in Aktion gehen und etwas an seiner Situation verändern kann. Insofern ist meiner Meinung nach ein High Speed Coaching nicht nur für die Öffentlichkeit wirksam,

sondern sehr hilfreich für jede einzelne Frau, die dies in Anspruch nimmt.

Vor 13 Jahren startete ich meine Selbstständigkeit als Marketingberaterin und arbeite nach zwischenzeitlich abgeschlossener Coachingausbildung seit 2004 als Coach. Ich biete

- Coaching und Trainings für Führungskräfte und Teams. Zudem coache ich Einzelpersonen, die neugierig darauf sind, genau das Leben zu leben, das zu ihren Potentialen und Talenten passt. Spezielle Trainingsangebote dabei sind:

- „Design of Life“- Coaching (Wie sieht mein Leben aus, wenn alles möglich wäre)
- „Das Tom Sawyer-Prinzip – Akquise durch Attraktion“ (Verkaufen ist das A und O für den Erfolg)
- Bühnenworkshop „Express Yourself“ (Ausprobieren, Finden der passenden Rollen im Leben, Teamtraining)
- „Empowerment for Leading Women“ (Wie setzt frau sich durch und ihre weiblichen Stärken in der Führungspositionen ein.)

Andrea Sachtleben ist ...

... seit 1996 Diplom-Wirtschaftsinformatikerin (Universität Paderborn) und selbständige Marketing- und Vertriebs-Beraterin speziell im Bereich Informationstechnologie.

Andrea Sachtleben,  
Dipl. Wirtschaftsinformatikern,  
Business Coach, Comedian, Col-  
lege-Dozentin, Corporate Muse  
Firma  
you do: coaching & entertraining  
Friedrich-Ebert-Str. 17  
50996 Köln  
info@you-do-online.de  
ph: 0177 3920508  
www.you-do-online.de



## Annette de los Santos Berlin & Edinburgh

**Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:**

Weil ich es erschreckend finde, dass immer noch 24 % der deutschen Frauen schlechter bezahlt werden als gleich qualifizierte Männer, gleiches gilt auch für die Besetzung von Führungspositionen.

Weil mein bisheriger beruflicher Erfolg sich zu einem erheblichen Maß darauf begründet hat, erfolgreich Preise und auch meine eigene Vergütung durchzusetzen und ich diese langjährig erworbenen Fähigkeiten gern weitergeben möchte.

**Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:**

Früher als harten Kampf, heute habe ich das Problem nicht mehr. Nach meiner Erfahrung mit meinen Klientinnen trauen sich immer noch zu wenig Frauen, das zu fordern, was ihnen zusteht bzw. wissen nicht, wie sie das Thema erfolgreich adressieren sollen.

**Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:**

Ich halte es dann für sinnvoll, wenn es wie hier auf ein ganz konkretes, klar abgegrenztes Thema fokussiert ist. Auch im beruflichen Alltag kommen wir häufig in Situationen, in denen wir schnell die richtige und treffsichere Antwort parat

haben müssen. Das gilt immer öfter auch für Gehalts- und Preisverhandlungsentscheidungen. Hierauf kann Highspeed Coaching sehr gut vorbereiten.

**CREATE YOUR WAY AND GET WHAT YOU WANT**

Annette de los Santos war jahrelang Partnerin einer der großen internationalen sog. „Big Four“ Beratungsgesellschaften bevor sie im Frühjahr 2008 mit SantosCoaching ihr eigenes Unternehmen gründete.

Aufgrund ihrer eigenen Erfahrung als weibliche Führungskraft in einem internationalen Großunternehmen sowie ihrer jahrelangen betriebswirtschaftlichen Beratung von Führungskräften sowohl mittelständischer Unternehmen als auch internationaler Konzerne unterschiedlicher Branchen hat sie die täglichen Herausforderungen ihrer Klientel hautnah erlebt.

Annette de los Santos verfügt über ein abgeschlossenes betriebswirtschaftliches Studium, ist Wirtschaftsprüfer und Steuerberater sowie als

Coach und Trainer zertifiziert.

Themen: Führung, Verhandlungstechnik, Karrierecheck, Zeitmanagement und Selbstorganisation, Work-Life Balance, Burnout-Prävention.

Neben ihrer eigenen Erfahrung als (weibliche) Führungskraft in einem internationalen Großunternehmen hat sie im Laufe ihrer Beratungstätigkeit die Herausforderungen von Führungskräften sowohl von internationalen Großunternehmen als auch von mittelständischen Unternehmen unterschiedlicher Branchen hautnah erlebt.

Daneben hat sie sich in den letzten sechs Jahren in der Beratungsgesellschaft neben ihrer hauptberuflichen Tätigkeit als betriebswirtschaftliche Beraterin insbesondere der Ausbildung, der Personalführung und dem Personalrecruiting und der beruflichen Weiterentwicklung der zunehmenden Anzahl von weiblichen Mitarbeitern gewidmet.

Annette de los Santos  
Business Coach und Trainer  
santoscoaching@berlin.de  
www.santoscoaching.com  
Firma: SantosCoaching, Berlin  
und Edinburgh  
Schwerpunkte: Coaching und  
Training für Führungskräfte und  
solche, die es werden wollen.  
Besonderes Anliegen ist die Begleitung von Frauen als und auf dem Weg zur Führungskraft.



## Ulrike Schalow Buxtehude

**Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:**  
Ich finde, dass ein Zeichen gesetzt werden muss, damit auch laut „Gleichstellungsgesetz“ eine wirkliche Gleichstellung stattfindet !

**Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:**  
Ich erlebe in meinem Coaching, dass Frauen sich nach wie vor, hinten anstellen. Sie kümmern sich um Ihre Männer, Ihre Kinder, das Haus, die Eltern etc. und vergessen sich und Ihre Ansprüche und Werte.

**Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:**  
Selbst Sekunden können ein ganzes Leben verändern. Denke Sie mal an die Liebe auf den ersten Blick! Da können die richtigen Fragen, zur richtigen Zeit mit einem neutralen Blick von außen, auf jeden Fall Veränderungsprozesse in Gang setzen.

**Meine Coaching-Schwerpunkte:**  
Coaching verstehe ich als individuelle Strategieberatung, Begleitung und Unterstützung zum Erreichen Ihrer Ziele, in Ihren beruflichen und persönlichen Veränderungsprozessen.

**Mein Coaching findet in Einzelgesprächen statt. Es ist ganzheitlich, innovativ, motivierend**

**und bringt dadurch Ihre Möglichkeiten und Potentiale für Veränderungen ans Tageslicht.**

**Scheidungs-Coaching (Emotionen raus, Sachlichkeit rein!)**

**Karriere-, Bewerbungsberatung & Training**

**Persönlichkeitsprofil**

**Ressourcenausarbeitung**

**Perspektiventwicklung**

**Berufsrückkehr**

**Eigen-PR**

**Mit Stil zum Erfolg**

**Versicherungs-Coaching**

Ulrike Schalow  
Strategieberatung & Coaching  
Zum Vorwerk 2b  
21614 Buxtehude  
Tel.: 04161/5589835  
Fax: 04161/5589836  
Mobil: 0171/ 7457385  
Ushalow@t-online.de  
info@UlrikeSchalow.de  
www.UlrikeSchalow.de



## Gabriele Schendl-Gallhofer Zürich

**Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:**  
Ich bin der festen Überzeugung, dass Gleichberechtigung und Gleichstellung immer noch am meisten in den Frauen selber nicht gelebt werden. Deshalb unterstütze ich die Idee dieses Denkens am Equal Pay Day, die Frauen innerlich zu stärken, mit grosser Begeisterung.

**Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:**  
Ich erlebe in meinem Umfeld beides. Frauen, die durchaus einen höheren Stundenansatz für Coaching haben, als ein Mann und umgekehrt. Allerdings ist der geringere Stundenansatz doch häufiger.

**Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:**  
Highspeedcoaching verspricht keine Zielerreichung, sondern einen Impuls. Nur schon EINE gezielte Frage kann Menschen zum Nachdenken und damit einen Schritt näher zum Ziel bringen. Du kannst dein Leben in einem Herzschlag ändern, sagt Anthony Robbins. Er meint nicht, dass es mit einem Schlag anders wird, sondern, dass es den Impuls braucht, damit die Veränderung Schritt für Schritt umgesetzt werden kann.

**Meine Coaching-Schwerpunkte:**

„Wenn der Wind der Veränderung weht, dann bauen die Einen Mauern und die Anderen einen Flugdrachen, mit dem sie zu neuen Ufern des Erfolgsfliegen.“ Frau Schendl-Gallhofer hat den ChangeBooster® entwickelt mit dem Sie in kurzer Zeit erkennen können, ob Sie im aktuellen Veränderungsvorhaben die Maurerkelle schwingen oder den Drachen bauen. Themenschwerpunkte in diesem Rahmen sind in Unternehmen die Begleitung von Changeprozessen, damit diese den bestmöglichen Erfolg bringen und die Unterstützung von Unternehmensgründern. Im öffentlichen Bereich steht das Thema „Ich lebe mich“ im Mittelpunkt..

**Buchtipps:**

**„Du kannst auch anders! Wirkungsvoll verändern – Hand in Hand mit dem Unbewussten“  
von Gabriele Schendl-Gallhofer, Kamphausen Verlag, 18,50 Euro.**

Institut für Veränderungskompetenz  
Gabriele Schendl-Gallhofer  
Winterthurerstrasse 92  
8006 Zürich

+41 44 350 16 19 Tel  
+41 44 350 16 68 Fax  
+41 78 741 43 72 Mob

gabriele@schendl-gallhofer.com  
www.schendl-gallhofer.com



**Claudia Scherzinger**  
high performance coach, global  
player & provocateur – wailea  
gmbh  
werinherstr. 45c,  
81541 münchen  
tel 089 649 649 0  
claudia.scherzinger@wailea.de  
www.wailea.de,

## Claudia Scherzinger München

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

a) beteilige mich an der equal pay day aktion, weil das kapital weltweit immer noch in händen von männern liegt – von echter gleichberechtigung sind wir also WEIT entfernt. mir ist es ein anliegen, dass frauen jetzt endlich auch wirklich mitspielen im business-game und dass sie sich trauen, ihren wert zu sehen und dafür zu kämpfen, diesen zu bekommen.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

b) ich erlebe es in den trainings regelmäßig, dass es immer noch so ist, dass – auch von frauen – autorität und power auf männer projiziert wird. da habe ich keine lust mehr drauf. es ist zeit, dass frauen hinstehen, verantwortung übernehmen, ihre eigene power

anerkennen und entsprechend fordern.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

c) natürlich ist dieses high speed coaching sinnvoll!!! es rüttelt wach und coacht tatsächlich 1000 frauen darin, selbstbewusster zu sein mit dem, wer sie sind, was sie können und dafür auch einzustehen und entsprechend zu fordern! das ist ein riesen beitrag, für echte gleichberechtigung zu sorgen – stück für stück.

**wir bilden die leader aus, für das neue unternehmertum im 21. jahrhundert, basierend auf ihren echten, wünschen, fähigkeiten und talenten; leadershiptrainings weltweit, in kapstadt, new york, hawaii, münchen, köln, berlin; vor allem geht es auch darum, das brachliegende potential von frauen zu schürfen, das „gold“ für die sich neu entwickelnden systeme, sowohl in business, politik, beziehung und überhaupt.**

„das leben ist entweder ein kühnes abenteuer oder gar nichts“ (helen keller)



**COMMITT Tom Schmitt**  
Creativität Communication  
Training  
Elbchaussee 585  
22587 Hamburg  
Tel: +49-40-86646393  
Fax: +49-40-86646394  
Mobil: +49 (0)151 58 54 68 20  
Tom-Schmitt@committ-training.de  
www.committ-training.de

## Tom Schmitt Hamburg

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Weil ungleiche Bezahlung einfach ein Unding ist. Es ist gegen die Würde des Menschen.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Ich erlebe das bei Klientinnen als höchst frustrierend und deprimierend. Viele haben das Gefühl, dass Ihre Arbeit keine Wertschätzung erfährt.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Die ungleiche Bezahlung ist unseriös und nicht der Versuch, dies durch Highspeed-Coaching zu ändern.

**Tom Schmitt ist der Status-Experte. Seminare und Coaching rund um das Thema Persönlichkeit und Charisma.**

**Das Buch „Status-Spiele – Wie ich in jeder Situation die Oberhand behalte“ ist am 11. März 2009 im Scherz-Verlag erschienen.**



**IWEWA!** Institut für women & women!  
Beratung von Führungskräften

## Anabel Schröder Kaltenkirchen bei Hamburg

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Eine sehr konstruktive Art, auf die unterschiedlichen Gehaltshöhen hinzuweisen!

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Bei meinen Klienten sehe ich, dass die Entlohnungs-Ungerechtigkeit durch unterschiedliche Faktoren entsteht. Teilweise ist es in Unternehmen wirklich Strategie. Teilweise liegt es aber auch am besseren Verhandlungsgeschick der Männer. Dieses können Frauen durchaus erlernen.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Um lösungsorientiert zu arbeiten, ist es meist nicht nötig, sich lange mit Erklärungen über die Vergangenheit aufzuhalten. Es geht darum, mit dem Klienten in kurzer Zeit Handlungsalternativen zu finden. Das lässt sich auch in kurzer Zeit erreichen.

Mit den Coachings und Trainings von IWEWA weiten Sie Ihren Handlungsspielraum aus, finden kreative Ansätze des Erfolgs und nutzen die gemeinsam erarbeiteten Lösungen, um gewinnbringende Prozesse in Gang zu setzen. Sie überprüfen, wo Sie stehen, wo Sie hin möchten und wie Sie sich erfolgreich entwickeln können. Wir arbeiten mit bewegenden Methoden und aktiven Elementen, das fördert die Nachhaltigkeit Ihrer Entwicklung.

Anabel Schröder  
Institut IWEWA  
Lakweg 15  
24568 Kaltenkirchen  
Tel.: 04191/803200  
info@iwewa.de  
www.iwewa.de



## Alexandra Schwarz-Schilling Berlin

### Warum beteilige ich mich an der Equal Pay Day Aktion?

Ich finde es wichtig, das Thema immer wieder in die Öffentlichkeit zu bringen und einen aktiven Beitrag zu leisten in Richtung Lösung mitzuwirken.

### Wie erlebe ich die Entlohnungs-Ungerechtigkeit selbst oder bei Klienten?

Die Entlohnungs-Ungerechtigkeit ist oft ein Thema meiner Klientinnen, bzw. wir arbeiten daran, was sie, die Klientin selber dazu beitragen kann, um die Situation zu ändern. Konkret: Die Klientin untersucht wozu sie diese geschehen lässt. Dabei stellt sich häufig heraus, dass sie sich selber nicht genug zutraut, glaubt nicht mehr wert zu sein, oder bestimmte Kompetenzen noch nicht erworben oder ausreichend bewiesen zu haben. Dann geht

es weiter damit zu untersuchen, was sie tun müsste, um ein anderes Ergebnis zu erzielen, wer wäre Sie dann bzw. was könnte Sie dann nicht mehr behaupten, was befürchtet Sie, wenn Sie ein höheres Gehalt bekommt etc. Anhand dieser Fragestellungen erarbeiten wir dann ein konkretes, sehr individuelles Vorgehen.

### Warum glaube ich, dass dieses Highspeed-Coaching sinnvoll und nicht etwa unseriös ist?

Weil es sowohl das Bewusstsein der Frauen, als auch das Bewusstsein der Allgemeinheit stärkt, dass diese Situation veränderbar ist und nicht eine Tatsache, die „Frau“ halt hinnehmen muss.

**Angebot: Einzel-Coaching, TeamCoaching und Paar-Coaching für Unternehmer, Selbständige, Führungskräfte und Privatpersonen. Offene und InHouse Seminare zu beruflichen und persönlichen Themen. Coaching Ausbildung mit mehreren Modulen.**

Alexandra Schwarz-Schilling  
Geschäftsführerin, Coach und LehrCoach  
Coaching Spirale GmbH  
Schlesische Straße 29/30,  
10997 Berlin  
Tel: +40 30 79403392  
dialog@coaching-spirale.com  
www.coaching-spirale.com



## Susanne Schwarzer Berlin

**Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:**  
Weil ich das Thema wichtig finde und möchte, dass sich das öffentliche Bewusstsein dafür erhöht. Weil die Methode des Kurzzeit-Coachings und das Thema exakt meinem Stil des Impuls-Coaching entsprechen sowie meinem Kernthema: Dass meine Klienten mit ihrer persönlichen Kompetenz souverän auftreten und handeln.

**Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:**  
Das Thema Entlohnung hat auch mich beschäftigt, wie es auch Thema bei meinen Kunden ist – die Hauptthemen sind: Sich innerlich stärken, d.h. Bewusstsein schaffen für das, was man kann. Glaubenssätze und Blockaden lösen. Seinem Gesprächspartner professionell auf Augenhöhe begegnen.

**Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:**  
Ich weiß aus meiner Praxis, dass schon kleine Impulse sehr viel bewirken können. Im Gespräch schnell den richtigen Impuls zu setzen, ist meine eigene Spezialität.

Ich gehe davon aus, dass in den fünf Minuten kaum die Gefahr besteht, dass Klienten mit ihrem Thema auf negative Art „allein gelassen“ sind. In der Regel sind es die Profis, die mit entsprechenden

Methoden z.B. sehr bewegende Tiefen im Coaching erreichen, die noch weiter begleitet werden müssten. Bei Profi-Coaches gehe ich auch davon aus, dass sie bewusst und verantwortungsvoll mit dieser Situation umgehen – also die Themen nur so weit aufgreifen, wie sie der Klient auch gut alleine weiter tragen kann. Weniger erfahrene Coaches werden in den fünf Minuten nach meiner Erfahrung kaum „gefährlich“ tiefe Impulse bewirken. Daher finde ich das Projekt unter dem Strich sehr sinnvoll und durchaus seriös.

**Viele kompetente Führungskräfte oder Trainer kommen irgendwann an einen Punkt, wo sie alleine nicht weiterkommen: Das Team steht immer wieder Kopf, Unsicherheit schränkt die eigene Performance ein, etc.**

**Das packe ich mit Ihnen an. Wir finden, was Ihnen im Weg steht und räumen es kurzerhand beiseite – und Sie können Ihr Handwerkszeug und Talente wieder voll ausspielen.**

Susanne Schwarzer  
Dipl. Psychologin und Integraler Coach  
Kompetenzimpulse – für Trainer und Führungskräfte  
Rhinower Str. 9  
10437 Berlin  
Tel.: 030 443 57 303  
[schwarzer@susanneschwarzer.de](mailto:schwarzer@susanneschwarzer.de)  
[www.susanneschwarzer.de](http://www.susanneschwarzer.de)



## Anne Schweppenhäußer Stuttgart

**Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:**

Der Equal Pay Day ist trotz jahrzehntelanger Gleichberechtigungsbemühung ein leider immer noch erforderliches mahndendes Signal für tatsächlich umgesetzte Gleichstellung von Frauen im Beruf.

**Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:**

Im Einzel-Coaching berichten weibliche Coachees häufig über Abhängigkeitsgefühle, Hilflosigkeit und erlebte Ungerechtigkeit während ihrer Gehaltsverhandlungen im Unternehmen. Wenn ich mir selbst mehr wert bin, gehe ich selbst-bewusst in eine Gehaltsverhandlung.

**Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:**

Oft hilft ein gezielter „Schubs“, um die richtige Richtung (wieder) zu fokussieren. Tiefgreifende und nachhaltige Veränderung besteht aus Erfahrung nicht nur aus einem Schubs, sondern einer aufregenden Motiv-Selbst-Erkennung.

**Kundenangebot:**

**Unternehmens-, Organisations- und Personalentwicklung, Coaching, Betriebliches Gesundheitsmanagement**

Anne Schweppenhäußer  
Diplom-Psychologin  
Geschäftsführerin  
C!cero Organisationsentwicklung GmbH  
Stuttgarter Straße 33  
70469 Stuttgart, Germany  
[a.schweppenhaeusser@cicero.biz](mailto:a.schweppenhaeusser@cicero.biz)  
[www.cicero.biz](http://www.cicero.biz)



Markus Söhngen  
An der Ziegelei 3  
35440 Linden-Leihgestern  
Mobil: 0177-5 98 38 68  
markus.soeongen@web.de

## Markus Söhngen Linden-Leihgestern

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Eine Mobilisation von Menschen, die es sich zur Aufgabe gemacht haben, Grundelemente unserer Gesellschaft, welche nicht mehr in unsere Zeit passen, nachhaltig zu ändern, ist für mich eine TOP-Aktion. Ich kann mit meinem Wissen, mit meiner beruflichen Erfahrung und meiner Erfahrung als Coach ein „kleines Stück“ in diesem Team bewegen. Das ist für mich die beste Motivation!

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

In meiner beruflichen Laufbahn als Projektingenieur, Produktionsleiter, Assistent der Geschäftsführung und des Vorstandes und aktuell als Betriebsleiter habe ich in unzähligen Mitarbeitergesprächen natürlich diese Ungerechtigkeiten mit zu verantworten. Ich erlebe immer wieder wie unprofessionell sich Frauen bei der Frage nach dem Lohn bzw. Gehalt verkaufen. Es fehlen einfach nur ein paar in-

puts, eine professionelle Vorgehensweise um positiv aus einem Gehaltsgespräch zu gehen. Frauen müssen sich ihrer Power, ihrer Potentiale und ihrer Wichtigkeit in unserer Arbeitswelt bewusst sein.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Durch das Highspeed-Coaching und vor allem der damit verbundenen Publicity kann die „große Öffentlichkeit“ der Frauen erreicht werden. Es kann ein Zeichen gesetzt werden, dass es auch andere Wege gibt, wenn man das notwendige Hintergrundwissen hat. Das Potential steckt in jedem Menschen bzw. jeder Frau, die Kunst ist es mit den „richtigen“ Mitteln zu aktivieren!!



Claudia Steiger  
Consulting and Coaching  
Frankensteiner Platz 25  
60594 Frankfurt am Main

Tel.: 069 – 620 319  
Mobil: 0171 – 454 99 18  
CS@Claudia-Steiger.de  
www.Claudia-Steiger.de

## Claudia Steiger Frankfurt am Main

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Es gehört zu meiner Berufung Menschen bei der Lösung ihrer Probleme und damit in Veränderungsprozessen zu begleiten. Hinter der Idee von Sabine Asgodom und den damit verbundenen Nutzenaspekten für die Frauen, stehe ich voll und ganz und bin insofern gerne bereit, konstruktiv an diesem Event mitzuwirken: für mehr Gleichberechtigung der Frauen.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Als Frau habe ich selbst früher langjährig die Erfahrung gemacht und erlebt, was es heißt, in einer reinen Männerwelt qualifiziert als Frau zu arbeiten und dabei anders als Männer behandelt zu werden. Auch heute noch erlebe ich in der Zusammenarbeit mit meinen Kundinnen, dass die Entlohnungs-Ungerechtigkeit nach wie vor besteht. Insofern möchte ich Frauen Mut machen und sie auf dem Weg zu mehr Erfolg und

Gleichberechtigung unterstützen.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Ein konkreter Zeitrahmen fordert die Beteiligten, sich schnell auf das Wesentliche zu konzentrieren. Deshalb denke ich, dass auch in bereits sehr kurzer Zeit wertvolle Impulse gegeben werden können. Das sehe ich als sehr positiv für die Frauen bei der Erarbeitung ihrer Problemlösungen. Außerdem schließt dieser Event ein sehr facettenreiches Erleben der Frauen untereinander mit ein, so dass alle Beteiligten davon sicherlich einen sehr großen Nutzen haben werden.

Nicht zuletzt ist es wichtig, das Thema Gleichberechtigung auch in der Öffentlichkeit / Presse zu behandeln, was dieser Event mit sich bringt. So dass sich nach und nach in der Wahrnehmung aller Beteiligten, in der Öffentlichkeit ein Veränderungsprozess vollzieht. Wenn Menschen ihre Energie zusammenbringen,

kommt im Ergebnis stets mehr raus als die reine Addition der Energie des Einzelnen. Daran glaube ich und weiß deshalb, dass es ein kraftvoller Event ist zum Wohle und Nutzen aller Beteiligten.

### Fachwissen gepaart mit Einfühlungsvermögen und Humor

Claudia Steiger macht mit Ihren Trainings, Coachings und Vorträgen Lust auf Veränderung. Sie zeigt, dass die Erweiterung der eigenen Persönlichkeit nicht nur schwere Arbeit sein muss, sondern kreativ und spielerisch erfolgen kann. Sie ist Trainerin und Business Coach, Consultant in der Außenhandelsfinanzierung, Autorin von div. Fachbüchern, Lern- und Vertriebskartensystem u.v.m., Referentin für Impulsvorträge

### Leistungsspektrum:

Coaching von Fach- und Führungskräften aus Industrie und Bank in Veränderungsprozessen  
Spezialität: Kurzzeit-Coaching am Telefon



**Stempfle**  
Unternehmensentwicklung durch Training

**Doris Stempfle**  
Inhaberin Stempfle Unternehmensentwicklung durch Training  
Vertriebs- Verkaufstrainerin und Managementcoach  
Herdweg 13  
D-74235 Erlenbach  
Telefon +49 (0)7132 – 34150 0  
Telefax +49 (0)7132 – 34150 29  
info@stempfle-training.de  
www.stempfle-training.de

## Doris Stempfle Erlenbach bei Heilbronn

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Weil es eine super Idee ist, auf die Missstände aufmerksam zu machen, weil ich Frauen helfen möchte, und der Austausch untereinander wird intensiviert.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Ich wurde bisher damit nicht konfrontiert.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Es bringt einen Denkanstoß für ein spezielles Thema, schafft Aufmerksamkeit für das, was man mit Coaching erreichen kann. Damit werden Ängste, Coaching in Anspruch zu nehmen, ausgeräumt, die Möglichkeit wird geschaffen, Coaching in Kürze zu erleben, um dann mehr für sich selbst zu Tun.

### Erfolgsfaktor Mitarbeiter

Investitionen in die Mitarbeiter eines Unternehmens zahlen sich dann mit Zins und Zinseszins aus, wenn sie

- effektiv
- messbar
- nachhaltig sind.

Nutzen Sie das Potenzial, das im „menschlichen Kapital“ – Ihren Mitarbeitern steckt.

Stempfle Unternehmensentwicklung: Kommunikation, Menschenkenntnis, Führung, Coaching



## Robert Ukowitz Klagenfurt am Wörthersee

### Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:

Weil es sich dabei um eine ganz neue und interessante Form von Beratung handelt, die einen breiten positiven Impuls gibt. Das wird auch Vorbild für weitere ähnliche Aktionen sein.

Für Frauen wie Männer braucht es neben anderen Tugenden auch ein Maß an Experimentierfreude, um den Rahmen, den die Gesellschaft für das synergetische Zusammenleben gibt, zu expandieren.

Daher macht dieser Versuch auch für mich persönlich schon in seiner Vorbereitung sehr viel Freude, und der „Equal Pay Day“ ist willkommener Anlass dazu, weil zum Experimentieren möglichst viele Individuen mit gleichen Chancen notwendig sind.

### Wie ich Entlohnungsungerechtigkeit erlebe:

Ich erlebe sie im Rahmen meiner Tätigkeit und versuche in meiner Rolle als Vorgesetzter, ihr möglichst entgegen zu wirken.

Dabei sind regelmäßig Widerstände in der Organisation zu überwinden, die Klarheit und Beharrlichkeit verlangen.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Schon Steve de Shazer hat mit seiner Kurzzeittherapie die Vorteile von bewusster Beschränkung der Zeit in der Beratung beschrieben und sehr erfolgreich angewendet. Auch im Coaching führt Zeitdruck nicht notwendiger Weise zu Ungenauigkeit, sondern verhält vielmehr Coaches

und Coaches gleichermaßen dazu, nicht zu viel Zeit mit der Problembeschreibung zu vergeuden und möglichst rasch Lösungsansätze zu finden, die eine positive Veränderung herbeiführen können.

Gleichzeitig werden dabei eher die naheliegenden Ziele, die trotz notwendiger Anstrengung auch erreichbar sind, bevorzugt („In der Kürze liegt die Würze!“).

Für mich ist Highspeed-Coaching eine schnelle, professionelle Hilfestellung, um „einen nichterkannten Unterschied zu einem Unterschied zu machen, der einen Unterschied macht (Steve de Shazer)“.

**Mein Ausbildungsweg:** Diplomstudium Rechtswissenschaften, Rechtsanwaltsprüfung, Masterlehrgang Soziale Kompetenz in Mediation (M.A.S. Mediation)

**Meine Arbeitsschwerpunkte:** Coaching, Management-Training, Organisation

**Meine Branchenerfahrung:** Justiz und Banken, Unternehmensberatung, Wirtschaft

**Meine Berufserfahrung:** Anwaltschaft, Bankwesen, Unternehmensberatung und Wirtschaftsmediation

**Robert Ukowitz, Mag. M.A.S.**  
Businesscoach, Mediator,  
Rechtsanwalt  
Herbertstr. 14  
A-9020 Klagenfurt am Wörthersee  
Tel: +43 664 4617772  
robert.ukowitz@chello.at  
www.coachingcenter.at/12.html  
www.servicezentrum.at



**ILONKA WINKLER**  
 Karriereberatung · Personaltraining  
 Fuhlsbüttler Straße 139  
 22305 Hamburg  
 Telefon: 040 / 280 800-0  
 Fax: 040 / 280 800-28  
 info@winkler-karriereberatung.de  
 www.winkler-karriereberatung.de  
 www.businesscoaching-netz.de  
 Zertifiziert mit dem Prüfsiegel  
 Weiterbildung seit 2007

## Ilonka Winkler Hamburg

**Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:**

„Der Rekordversuch macht eine breite Öffentlichkeit auf das Thema aufmerksam. Betroffene Frauen erleben die positive Wirkung von Coaching. Sie werden angeregt, sich selbst für ihre Interessen stark zu machen.“

**Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:**

„Gehaltsforderungen beim Arbeitsplatzwechsel und regelmäßige Anpassungen werden Männern oft auf Anhieb und ohne besondere Nachfrage gewährt. Frauen müssen dafür meist

intensiv verhandeln und deutlich mehr leisten.“

**Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:**

„Das Coaching gibt interessierten Frauen positive Impulse und Ermutigung. Sie entwickeln eigene Verhandlungsstrategien. Konkrete Anregungen unterstützen sie, sich mit stichhaltigen Argumenten für Ihre Gehaltsvorstellungen stark zu machen.“

**Beratungsschwerpunkte:**

- Karriereberatung, Supervision, Job-Coaching
- Berufliche Neuorientierung und Bewerbung
- Kommunikation, Rhetorik, Verhandlungsführung
- Beratung und Erfolgs-Coaching 50plus
- Out- und Newplacement (bei bevorstehendem Jobverlust)
- Managementtraining und Mitarbeiterführung
- Firmeninterne Personaltrainings (Teamarbeit, Verkauf etc.)



## Barbara Wittmann Hettenshauser

**Warum ich mich am Equal Pay Day engagiere:**  
 Impulse geben und Mut machen. Es steckt wesentlich mehr in uns, als wir zulassen!

**Wie ich Entlohnungsgerechtigkeit erlebe:**

In vielen meiner Coachings geht es um das Thema Selbstwert und nicht gelebte Potentiale. Oft fehlt nur das letzte Quäntchen Mut, um das was man kann ins rechte Licht zu rücken und zu seinem Wert zu stehen.

**Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:**

Highspeed-Coaching bedeutet für mich bei Klienten einen ersten Impuls zu setzen. Oft reicht eine gezielte Frage aus, um etwas in Bewegung zu setzen, an Grundwerte zu erinnern oder Potentiale aufzudecken. In 5 Minuten beschränkt man sich auf die wahre Essenz und kommt zu erstaunlichen Ergebnissen. Der Coach beschränkt sich in dieser sehr kurzen Zeit auf reine Intuition – das macht diese Übung so spannend!

**Barbara Wittmann – Dreamtime-Coach**

Vor drei Jahren habe ich mein eigenes Unternehmen gestartet und lebe seither meinen Traum: Gegensätze zu verbinden und sowohl bei Unternehmen wie Menschen etwas zu bewegen. Mit meinem Beratungsunternehmen „Die erste Geige“ unterstütze ich Firmen dabei, ihren Rhythmus bei Projekten und Unternehmensabläufen zu finden. Mit „Tribal Wisdom“ arbeite ich als Coach mit Einzelpersonen und Gruppen, um Menschen wieder zum

Träumen zu bringen und ihre Potenziale zu wecken.

**Tribal Wisdom**

Die Weisheiten der Indianer sind einfach und klar. Sie erinnern uns daran, im Einklang mit der Natur und mit uns selbst zu leben. Aber in unserem schnellen Businessleben verlieren wir uns selbst und das, was uns wirklich wichtig ist, oft aus den Augen.

Tribal Wisdom bringt das scheinbar Gegensätzliche zusammen: die Einfachheit indianischen Lebens und die komplexe Welt des Business. Basics wie Natur, Gemeinschaft, Intuition werden zu Business-Metaphern mit Aha-Effekt, die Klarheit und Orientierung schaffen.

Herzstück von Tribal Wisdom ist das Tipi. Hierher zogen sich die Indianer mit den Weisen ihres Stammes zurück, wenn sie Rat suchten. Der Schutz des Zeltes gab ihnen Vertrauen und Geborgenheit. Darum treffen wir uns beim Dreamtime Coaching im Tipi: Hier können Sie zur Ruhe kommen, sich eins mit der Natur fühlen und neue Kraft schöpfen. Und Ihren Träumen und Visionen Raum geben. Entfachen Sie mit Dreamtime Coaching Ihr inneres Feuer neu und entdecken Sie die Potenziale, die in Ihnen stecken. Lernen Sie, Ihrer Intuition zu folgen und so Gelassenheit und Vertrauen zu gewinnen – Vertrauen in sich selbst und Ihre Möglichkeiten



**Tribalwisdom**  
 Barbara Wittmann  
 Kreuzberg 18  
 85276 Hettenshauser  
 0173-6994600  
 bw@tribalwisdom.de  
 www.tribalwisdom.de



## Margret-Edda Andrich-Stich Christiane Jost Stade bei Hamburg



Margret-Edda Andrich-Stich  
Bewerbungs- und Beratungskontor  
MuB Stich GmbH  
Harsefelder Straße 13  
21680 Stade  
04141 / 41 14 84  
www.mub-stich.de

Christiane Jost  
Mitarbeiterin im Bewerbungs-  
und Beratungskontor  
MuB Stich GmbH  
Harsefelder Straße 13  
21680 Stade  
04141 / 41 14 84  
www.mub-stich.de

### Kurzbeschreibung unseres Kundenangebots

1999 gründete Margret-Edda Andrich-Stich gemeinsam mit Bernhard Stich als Resultat ihrer beruflichen Erfahrungen die MuB Stich GmbH – ein Unternehmen, das sich zwischenzeitlich zu einer etablierten Unternehmens- und Personalberatung entwickelt hat.

Das Bewerbungs- und Beratungskontor MuB Stich GmbH ist ein separater Firmenteil. Im Kontor liegt ein besonderer Tätigkeitsschwerpunkt auf dem Bewerbungstraining und Coaching. Mit seiner langjährigen Erfahrung bietet das Kontor Führungskräften bei Problemlösungen, Arbeitssuchenden bei der Suche nach einem neuen Arbeitsplatz, Frauen bei ihrem beruflichen Wiedereinstieg oder auch jungen Menschen bei der Berufswahl professionelle Unterstützung.

### Warum wir uns am Equal Pay Day engagieren:

Wir wollen diese phantastische Idee unterstützen und damit aktiv für die finanzielle Gleichstellung von Frau und Mann im Berufsleben eintreten.

### Wie wir Entlohnungsgerechtigkeit erleben:

In unserem beruflichen Alltag hören wir es häufig von unseren Kundinnen: Gleiche Bezahlung bei gleicher Arbeitsleistung im Vergleich von Frau und Mann ist absolut nicht selbstverständlich und keine Realität. Das ist kaum förderlich für die Arbeitsmotivation und fördert die Arbeitsplatz-Frustration.

### Warum Highspeed-Coaching sinnvoll ist:

Dieses besondere Highspeed-Coaching ist eine Möglichkeit, auf ungewöhnliche Art darauf aufmerksam zu machen, dass es Coaching gibt und wofür man es beispielsweise nutzen kann. Es dient der Bekanntmachung eines Berufszweiges, den viele Menschen in dieser Form nicht kennen. Wir halten Highspeed-Coaching überhaupt nicht für unseriös, denn für den Erfolg eines Coachings ist nicht entscheidend die Menge der aufgewendeten Zeit, sondern die Qualität des Inhalts und das damit erzielte Ergebnis.

## Impressum:

Coaching heute® – das Internet-Magazin wird herausgegeben von Sabine Asgodom, Asgodom Live®, Prinzregentenstr. 85, 81675 München, Telefon: 089 982 47 49 0, Fax: 089 982 47 49 8, E-Mail: info@asgodom.de, Internet: www.asgodom.de.  
V.i.S.d.P.: Sabine Asgodom. Redaktion: Siegfried Brockert, Dipl.Psych., Philipp Brockert (Gestaltung), Moni Jonza (Office Managerin). Alle Rechte vorbehalten.  
Nachdruck, Weiterverbreitung ist nur mit schriftlicher Erlaubnis der Redaktion gestattet. Die elektronische Archivierung der Inhalte zu Ihrem persönlichen Gebrauch ist erlaubt. Die Redaktion kann trotz sorgfältiger Recherchen und Überprüfung der zugrundeliegenden Quellen keine Gewähr für den Inhalt übernehmen. Jegliche Haftung für aus der Berichterstattung entstandene Schäden ist ausgeschlossen.