

## Selbst und ständig?



«Selbstständig, meine Damen und Herren, heisst vor allem eines: selbst und ständig.» – Diesen Satz habe ich am Kurs «Ich mache mich selbstständig» von Aargau Services aufgeschnappt – und verinnerlicht. Seither begleitet er mich in meinem noch jungen Unternehmerinnenleben als Ganzheitliche Ernährungsexpertin IKP. Ständig dran sein, praktisch und gedanklich, und selbst dafür verantwortlich, was dabei heraus kommt. Wie recht der Referent hatte!



In meiner Praxis für Ganzheitliche Ernährungsberatung «optiweight» in Baden begleite ich Klientinnen und Klienten auf ihrem Weg von innerem und äusserem Ungleichgewicht (das sich als Übergewicht oder in andern Essstörungen äussert) zurück zur eigenen psychischen und körperlichen Balance. Das Gleichgewicht zwischen Anspannung und Entspannung spielt dabei oft eine wesentliche Rolle. Diese Ausgeglichenheit ist auch in meiner Situation des «selbst und ständig» Arbeitens von zentraler Bedeutung. Ich erlebe es als Herausforderung, in der harten und arbeitsintensiven Aufbauphase die Balance zwischen Anspannung und Entspannung, zwischen Arbeit und Erholung zu wahren. Als meine eigene Chefin bin ich nicht nur für eigenständige und effiziente Arbeit in meinem Unternehmen zuständig, sondern auch für den nachhaltig verantwortungsvollen Umgang mit der Arbeitskraft. Gerade in der beruflichen Selbstständigkeit macht es sich (im doppelten Sinn!) bezahlt, der wichtigsten Ressource Sorge zu tragen. – Gönnen Sie sich immer wieder mal Ruhe und Entspannung. Für eine langfristig erfolgreiche Geschäftsführung.

*Lea Guidon, Optiweight, Baden, [www.optiweight.ch](http://www.optiweight.ch)*

## Was so ein Kurs «Ich mache mich selbständig» alles bewirken kann

Sich selbständig machen als Rechtsanwalt und Mediator mit eigener Praxis in Aarau nach jahrelangem Arbeiten in einem Angestelltenverhältnis, welch eine Herausforderung, dachte ich mir. Wahrlich ein Sprung ins kalte Wasser. Dies soll gut vorbereitet sein, sind doch damit nebst Chancen auch nicht zu unterschätzende Risiken verbunden. Mit einer professionellen Vorbereitung, einer gehörigen Portion Mut und einer guten Geschäftsidee kann es gelingen. Gerade zum richtigen Zeitpunkt vernahm ich vom Kurs „Ich mache mich selbständig“, der an verschiedenen Abenden in Aarau zu wichtigen Themen rund um das Selbstständigmachen nützliche Informationen von Praktikerinnen und Praktikern bot. Dazu gehörten auch die Apéros nach den einzelnen Kursen, welche den Kontakt und den



Erfahrungsaustausch unter den Teilnehmenden in lockerer Atmosphäre bei einem Glas Wein förderten. Zu erfahren, dass alle am Anfang des Sichselbständigmachens im selben Boot sitzen und mit ähnlichen Problemen zu kämpfen haben, war wertvoll und relativierte den Respekt vor dem Sprung in die wirtschaftliche Selbständigkeit. Mit dem Kurs legte ich einen soliden Grundstein für die Selbständigkeit. Dies gab mir Zuversicht und Vertrauen, das Boot sicher in tiefere Gewässer zu steuern, auch wenn Wolken oder sogar ein Sturm auftauchen sollte. Das Boot kann nun von Anker gehen.

*Ralph Schiltknecht, advokatur, mediation, konfliktlösungen, Aarau, [www.advo-mediation.ch](http://www.advo-mediation.ch)*

### **Gelungener und nie bereuter Schritt in die Selbständigkeit**

Nach langjähriger Tätigkeit als Jurist, Immobilien-Treuhänder, Mediator und Geschäftsführer im Immobilienbereich eröffneten sich mir neue Horizonte als Immobilienspezialist einer Grosstadt, hauptsächlich mit Projektleitungen und Baulandentwicklung. Was ich jedoch vermisste: persönliche Beratungen. Eine Pensumsreduktion auf 80% erlaubte mir die Gründung meiner Immobilienberatungsfirma.



Seit August 2006 biete ich Rechts- und Immobilienberatung sowie Mediation an und zwar im Teilzeitpensum zu idealen Beratungszeiten für Berufstätige. Zu meinen Kunden gehören Private, Stockwerkeigentümergeinschaften, Firmen und öffentliche Institutionen. Viele Konflikte, auch im Immobilienbereich, basieren nicht auf rechtlichen, sondern auf zwischenmenschlichen Problemen. Mit Mediation lassen sich Konflikte auch auf der Beziehungsebene nachhaltig und zukunftsgerichtet lösen. Da helfen zu können, ist mir wichtig. Aus Beratungen ergaben sich neue Kontakte. So beispielsweise unverhofft ein Verwaltungsmandat, dessen Übernahme eine wahrhaft reizvolle Herausforderung ist.

Dank wertvoller Informationen im Kurs «Ich mache mich selbstständig» wagte ich den richtigen Schritt und darf nun über einen guten Geschäftsgang, durch gelöste Konflikte glücklich gemachte Menschen sowie immer noch viel Spass am Ausbau des eigenen Unternehmens berichten. Es ist schön, für sich zu arbeiten.

Ich rate jedem potentiellen Jungunternehmer: Lassen Sie sich von Aargau Services beraten, schreiten Sie alsdann motiviert zur Tat und es winkt schon bald das erhoffte RESULTat.

*Thomas Kasahara, Immo Result GmbH, Brugg, [www.immoresult.ch](http://www.immoresult.ch)*