

## WIE ES IST

„Käfig bleibt  
Käfig, ob golden  
oder nicht“

ULRIKE BERGMANN VERLIESS EINEN  
VERSICHERUNGSKONZERN UND GRÜNDETE  
1996 EIN „BÜRO FÜR UNGEWÖHNLICHE  
ZIELERREICHUNG“ IN PRIEN AM CHIEMSEE.  
NUN HILFT SIE MENSCHEN, IHRE  
BERUFLICHEN TRÄUME ZU VERWIRKLICHEN

Meine Eltern haben mich an vielen Stellen ermutigt, das zu machen, was mir wichtig ist. Sie haben mich praktisch dazu gedrängt, Abitur zu machen, damit mir alle Türen offenstehen. In den Siebzigerjahren war das für Frauen noch keine Selbstverständlichkeit. Doch meine Eltern hatten nicht das traditionelle Frauenbild, dass ich ohnehin heiraten und Kinder bekommen würde. Heute ermutige ich Frauen, ihre Wünsche ernst zu nehmen.

Seit 24 Jahren arbeite ich selbstständig als „Mutmacherin“. In Coachings entwickeln wir gemeinsam Ideen aus der Biografie, aus Wünschen, Talenten, Erfahrungen heraus, wo es hingehen kann. So entsteht ein Zukunftsbild. Die größte Angst vieler Menschen ist, „es“ nicht zu schaffen. Ihnen will ich aufzeigen, wie sie ihre beruflichen Vorstellungen verwirklichen können.

Vor allem Frauen will ich ermutigen, für eine Veränderung einzutreten. Wir haben gesehen, wie Männer die Welt an einen bestimmten Punkt gebracht haben. Frauen haben dabei oft nur zugeschaut. Doch sie können die Welt verändern, wenn sie wirklich zu dem stehen, was sie sich aus tiefstem Herzen wünschen, und sich mit anderen zusammenschließen.

Vom Studium her bin ich Juristin. Das war der Einstieg in einen Karriereweg in einem internationalen Unternehmen, den ich 14 Jahre gegangen bin. Ich habe dort immer wieder starke Veränderungen von Menschen gesehen, wenn sie in Führungspositionen gekommen sind. Sie haben irgendwann ihr Leuchten verloren. Besonders stark ist mir das in einer Situation aufgefallen, bei der ein Mann frisch als Führungskraft ins Unternehmen reingekommen ist. Zwei Jahre später war von dieser Frische, die ich an ihm erlebt hatte, nichts mehr übrig. Ich hatte das Gefühl, dass er sich selbst verloren hat. Für mich war das ein Alarmsignal.

Doch auch bei mir wurde die Belastung zu hoch, als ich Führungskraft wurde. Ich wurde krank. Da habe ich angefangen darüber nachzudenken, was ich mit meinem Leben will. Drei Jahre habe ich gebraucht, um das herauszufinden. Bis es so weit war, habe ich verändert, was ich verändern konnte. In einem internen Training habe ich dann gemerkt, dass ich Trainerin und Beraterin werden will.

Das Unternehmen zu verlassen, war ein mutiger Schritt. Mein damaliger Vorgesetzter meinte, ich solle mir klar sein, bei der Versicherung in einem goldenen Käfig zu leben. Ich habe ihm geantwortet: „Käfig bleibt Käfig, ob golden oder nicht. Ich will nicht im Käfig leben.“

Es heißt häufig, dass man im Alter ängstlicher wird. Bei mir ist das nicht der Fall. Natürlich gibt es Situationen, bei denen die Komfortzone schrumpft. Als ich mir vor zwei Jahren die Kniescheibe gebrochen hatte, war damit schon eine gewisse Angst verbunden. Doch die hat sich gelegt, und ich probiere weiter Neues aus. Inzwischen gehe ich wieder in die Berge.

Erst im letzten Sommer habe ich verstanden, warum der Weg hinauf immer so anstrengend war. Plötzlich kam ich da viel leichter hoch. Ich war alleine unterwegs und habe das erste Mal gespürt, was es bedeutet, einen eigenen Rhythmus zu gehen. In diesem eigenen Rhythmus konnte ich darauf vertrauen, dass meine Füße wissen, wo sie jetzt hintreten und wie groß die Schritte werden. Das hat mich auch für andere Situationen mutiger gemacht.

*Aufgezeichnet von Frederik Schindler*