

Existenzgründung und Familie

Wie manage ich Selbständigkeit
und Familie?

Erfahrungsberichte

Das TGZ – Ihr Partner für moderne Unternehmens- und Projektentwicklung!

Technologie- und Gründerzentrum „Fläming“ GmbH
Brücker Landstr. 22 b, 14806 Belzig
Tel.: 03 38 41 / 6 54 00
Fax: 03 38 41 / 6 54 03
Web: www.tgz-belzig.de



Good-Practice-Bericht aus einem EQUAL-Projekt der Entwicklungspartnerschaft REchoke

Inhaltsverzeichnis

Ausgangssituation	3
Unternehmen „Selbständigkeit“	5
Das bundesweite GründerInnenengeschehen	6
Frauen und Gründung	8
Existenzgründung in Potsdam-Mittelmark	9
Das Zeit- und Stressmanagement-Seminar	10
Empfehlungen	18
Checklisten	21
Einstellung der Familie zur Gründung	21
Wie viel Zeit benötigt der Haushalt?	22
Unternehmen „Haushalt“ organisieren	23
Zeit besser nutzen	24

Ausgangssituation

Neueste Prognosen gehen von einer Zunahme erwerbswirtschaftlicher Selbständigkeit aus. Insbesondere Kombinationen von Teilzeitselbständigkeit mit abhängiger Beschäftigung oder Haushaltsarbeit werden als Einstiegs-, Übergangs- und Dauerlösungen für eine neue „Work-Life-Balance“ erheblich an Bedeutung gewinnen [Tagung des BMFSFJ, Berlin 2005]. Unsere Gesellschaft steht vor der Herausforderung, Frauen und Männer bei der Vereinbarkeit von Berufs- und Familienwelt zu unterstützen.

Die Technologie- und Gründerzentrum „Fläming“ GmbH ist seit 1999 in der Beratung und Begleitung von ExistenzgründerInnen im Landkreis Potsdam-Mittelmark (Land Brandenburg) tätig. Das sogenannte Selfemployment nimmt an Bedeutung zu und stellt deshalb einen Schwerpunkt bei der Entwicklung und Durchführung von Projekten unseres Hauses im Bereich der Arbeitsmarktpolitik und Beschäftigungsförderung dar. Beispielsweise widmet sich ein Projekt der Unterstützung von Personen, die einen Mikrokredit als Starthilfe für Ihre selbständige Tätigkeit benötigen. Dieser Sektor (Darlehen bis ca. 7.000 EURO) wird von den Banken nicht ausreichend bedient. Im Vordergrund steht deshalb der Aufbau von Strukturen, die einen erleichterten Zugang zu Mikrokrediten für alle GründerInnen ermöglichen.

Ein weiteres Projekt beschäftigt sich seit Juni 2002 intensiv mit der Vereinbarkeit von Beruf und Familie (vgl. Projekthintergrund). So wurden Impulse zur familienfreundlichen Gestaltung der Arbeitsorganisation in zahlreiche Unternehmen und Einrichtungen der Region gegeben. Wir kooperieren mit Unternehmen, die sich schon heute mit diesem an Bedeutung zunehmenden „soft“ - Thema auseinandersetzen möchten, um morgen die teils erheblichen, positiven betriebswirtschaftlichen Auswirkungen zu ernten, die „hard facts“. In diesem Zusammenhang sind wir auch an GründerInnen mit Familie (Kinder bis 16 oder ältere Angehörige) herantreten. Bei den vielen Fragestellungen, die bei einer Gründung zu beachten und zu bewältigen sind, wird dieser Aspekt oft vernachlässigt. Dies kann zu einem enormen Zeitdruck und hohem Konfliktpotential nach der Gründung führen, wenn z.B. bei schlechtem Zeitmanagement die familiären Aufgaben vernachlässigt werden oder die Unterstützung von Familienmitgliedern fehlt. Auch der Umgang mit Existenzangst und hohem Erwartungsdruck kann überfordern.

Für diese Gruppe von GründerInnen wurde ein spezifisches Beratungsangebot entwickelt. Es soll den betreffenden Personen helfen, der Familienzeit bereits in der Gründungsphase einen bedeutenden Stellenwert trotz (oder gerade wegen) der beruflichen Selbständigkeit einzuräumen.

Gründungs-
beratung im
TGZ

Unsere Überzeugung ist: Eine sorgfältige Planung im Voraus legt dabei den Grundstein für eine integrative Lösung von selbständiger Tätigkeit und Familienzeit.

Das Seminar zum Zeit- und Stressmanagement unterstützt ExistenzgründerInnen mit Familie in der Planungs- und Gründungsphase durch die Erarbeitung maßgeschneiderter individueller Lösungsansätze. Die Erfahrungen einer Gruppe von Männern und Frauen, die über einen längeren Zeitraum betreut wurde, sind in dieser Broschüre dokumentiert. Sie spiegeln das Bild des alltäglichen Spagats zwischen Berufs- und Familienleben wider. Sie zeigen aber auch, welche kreativen Spielräume dennoch für jede/n Einzelne/n vorhanden sind. Sie zeigen, dass in vielen Fällen noch Potentiale zur besseren Integration von Beruf (Selbständigkeit) und Familienleben freigesetzt werden können.

Veit-Stephan Zweynert

Geschäftsführer TGZ „Fläming“ GmbH

Belzig, Frühjahr 2005



Unternehmen „Selbständigkeit“

Auf dem Weg in die Selbständigkeit steht am Anfang die Frage: „Wofür steht der Begriff Selbständigkeit?“ Es kann der erste selbständige Schritt ins Leben, der waghalsige Sprung in die berufliche Selbständigkeit oder auch ein Abenteuer des Lebens gemeint sein.

Die **Bedeutung** des Wortes „Selbständigkeit“ lässt sich geschichtlich sehr weit zurückverfolgen. Bereits vor fast 200 Jahren beschrieb Joachim Heinrich Campe 1807 im Wörterbuch der deutschen Sprache die Bedeutung des Wortes Abenteuer als: „Ursprünglich Gefahr und Wagnis auf ungewissen Ausgang“. Noch vorher, zu Beginn des 18. Jahrhunderts setzte sich das substantivierte Wort Selbst (= eigene Persönlichkeit) in der deutschen Sprache durch. In diesem Zusammenhang stehen Wörter wie Selbstbestimmung, Selbstbewusstsein und Selbständigkeit. Der letzte Begriff entstammt dem veralteten Begriff Selbstand, der aus dem Wort „Substanz“ eingedeutscht wurde. [Quelle: Opaschowski, Hamburg 2002]

Über den **Begriff** „Selbständigkeit“ kursieren unterschiedliche Assoziationen. So wird laut einer repräsentativen Umfrage mit dem „Selbständig sein“ verbunden:

- Eigene Entscheidungen treffen (86%)
- Verantwortung tragen (83%)
- Eigene Meinung haben (78%)
- Sich selbst verwirklichen (74%)
- Kreativ sein (70%)
- Finanziell unabhängig sein (69%)

Aber auch überlieferte **Sprichwörter** kommen der heutigen Beschreibung sehr nahe:

- Selbst ist der Mann
- Selber gehen erspart den Botenlohn
- Sich auf sich selbst verlassen

[Quelle: BAT Freizeit-Forschungsinstitut, Stand Sommer 2001]

Bedeutung

Begriff

Sprichwörter

Das bundesweite GründerInnenengeschehen

Betrachtet man die Entwicklung der Erwerbstätigkeit in Deutschland in den letzten Jahren, so fällt auf, dass die Zahl der Existenzgründungen zugenommen hat. Insgesamt wurden im Jahr 2003 rund 1,6 Millionen Existenzen gegründet, davon 38% von Frauen.

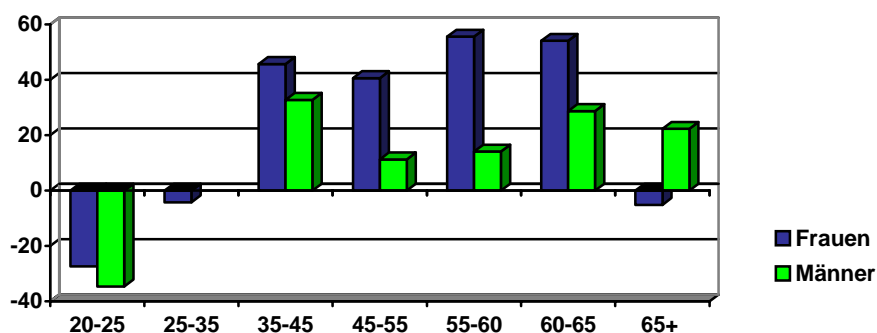
Bild 1: In Deutschland gegründete Unternehmen 2003:

	Prozent	In Deutschland gegründete Unternehmen 2003 (gerundet)
Männer	62%	997.000
Frauen	38%	603.000
davon Frauenbetriebe mit Beschäftigten		430.000

[Quelle: Kreditanstalt für Wiederaufbau, Creditreform]

Ein überdurchschnittlicher Anstieg an beruflich selbständigen Frauen ist in der Altersgruppe zwischen 35 und 65 zu erkennen. Das ist unter anderem auf das veränderte Bildungs- und Ausbildungsverhalten zurückzuführen. So führte das erhöhte Bildungsniveau zu einem längeren Verbleib im Bildungssystem und zu einem deutlich späteren Eintritt ins Erwerbsleben. Auch die Aufnahme einer selbständigen Beschäftigung nach der Kinderpause mag zu dieser Entwicklung beitragen. Wie im folgenden Bild zu erkennen ist, nimmt die Zahl der Selbständigen im Alter von 20 bis 35 Jahren ab.

Bild 2: Veränderung der Zahl der Selbständigen 2001 gegenüber 1991 in Deutschland nach Alter und Geschlecht in %:



[Quelle: Statistisches Bundesamt: Stand und Entwicklung der Erwerbstätigkeit, Fachserie 1, Reihe 4.1.1; Berechnungen des Institut für Mittelstandsforschung, Bonn]

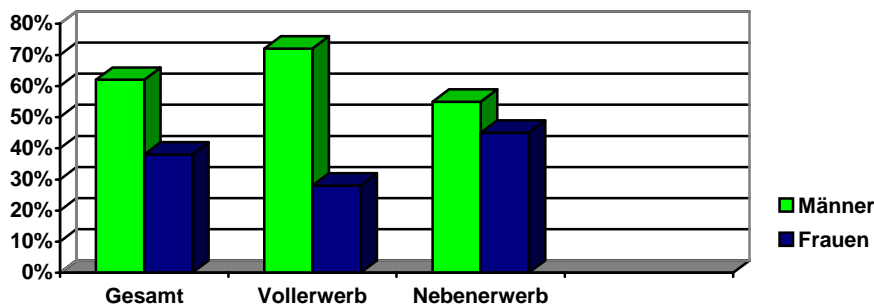
Eine weitere Veränderung ist hinsichtlich des Familienstandes von Selbständigen zu beobachten. Mehr als zwei Drittel der Selbständigen in Deutschland sind verheiratet. Allerdings hat sich bei den männlichen Selbständigen die Zahl der Verheirateten verringert und die Zahl der Ledigen erhöht. Für Frauen ist die Frage der Vereinbarkeit von Selbständigkeit und Familie im Alter zwischen 25 und 55 Jahren von Bedeutung. Es wird vermutet, dass die Vereinbarkeitsproblematik kein Hemmnis für eine Selbständigkeit ist. Ansonsten müsste der Anteil der Ledigen unter den weiblichen Selbständigen weitaus höher liegen.

[Quelle: Unternehmerinnen, Deutschland, Dokumentation BMWA, 2003]

Darüber hinaus existiert eine oft geäußerte Vermutung, dass Frauen sich häufiger im Nebenerwerb (Zuerwerb) selbständig machen als Männer. Diese These wird laut KfW-Gründungsmonitor nicht bestätigt. Wird von der Gesamtzahl der Nebenerwerbsgründungen ausgegangen, dann liegt der Anteil von Frauen bei 45% und der Anteil der Männer bei 55%. Insgesamt beteiligen sich Frauen mit 38% seltener am allgemeinen Gründungsgeschehen als Männer. Wie in Bild 3 zu sehen ist, beträgt der Anteil der Gründerinnen im Nebenerwerb 45% und der im Vollerwerb nur 28%.

[Quelle: KfW – Gründungsmonitor, 2004]

Bild 3: Vergleich von Voll- und Nebenerwerbsgründungen:



[Quelle: Kreditanstalt für Wiederaufbau – Gründungsmonitor, 2004]

Frauen und Gründung

In den vergangenen Jahren beschäftigten sich zahlreiche Publikationen mit dem Thema „Existenzgründung von Frauen“, was auf eine deutliche Zunahme von Frauen am Gründungsgeschehen zurückzuführen ist (von 10% in den 70-iger Jahren auf 28% im Jahr 2003). Aber was ist so besonders oder anders an Unternehmerinnen gegenüber ihren männlichen Kollegen? Wie lassen sie sich charakterisieren und warum lohnt es sich, viele Worte über diese spezielle Zielgruppe zu verlieren?

Studien beschreiben das Gründungsverhalten von Frauen wie folgt:

Frauen...

- gründen häufiger als Männer im Nebenerwerb oder in Teilzeit
- richten ihr Unternehmen seltener auf unternehmerische Expansion aus
- besitzen häufig zu wenig Startkapital (Kleinkredite sind unattraktiv für Banken)
- haben Akzeptanzprobleme, da ihre Unternehmen eher klein sind
- schätzen ihre Perspektiven pessimistischer, aber realistischer ein
- haben die Familie im Nacken, Männer die Familie im Rücken

[Quelle: BRANDaktuell 2/2004]

Die praktischen Erfahrungen zeigen, dass Frauen immer wieder gegen Voreingenommenheit kämpfen müssen und deshalb eine gute Vorbereitung der Gründung notwendig ist. Eine Unternehmerin berichtete von ihren Veränderungen mit Kreditgebern:

„Ich hatte den Eindruck, dass mir Fragen gestellt wurden, die einem Mann nicht gestellt worden wären. Zum Beispiel: Wie steht ihre Familie zu Ihrem Vorhaben? Welchen finanziellen Rückhalt bietet Ihnen Ihr Mann? Wie wollen Sie den Haushalt schaffen?“

[Quelle: Gründerzeiten Nr. 2, Aktualisierte Ausgabe 3/2003]

Trotz dieser Erfahrungen und der nach wie vor höheren familiären Belastung der Frauen dürfen auch männliche Gründer den Familienaspekt nicht vernachlässigen, wie unsere Seminare zeigten.

Unterschiedliches Gründungsverhalten bei Männern und Frauen

Existenzgründung in Potsdam-Mittelmark

Im Bereich Existenzgründung sind im Landkreis Potsdam-Mittelmark unterschiedliche Institutionen und Einrichtungen tätig. Da es keine zentrale Koordinierungsstelle gibt, sind nur Aussagen zum Gründungsgeschehen im eigenen Aktionsradius möglich. Die Technologie- und Gründerzentrum „Fläming“ GmbH führt seit 1999 verschiedene Projekte zur Unterstützung von ExistenzgründerInnen im Landkreis Potsdam-Mittelmark und zeitweise auch in der Stadt Potsdam durch. In den letzten 5 Jahren wurden im Rahmen der in Bild 4 aufgeführten Projekte 110 Kleinunternehmen gegründet. Dabei lag die Frauengründungsquote (letzte Spalte) in der Regel über dem Landesdurchschnitt von ca. 33 %. Die meisten Gründungen sind auf die drei Branchen Dienstleistung, Handel und Handwerk verteilt, wobei der größte Anteil dem Dienstleistungsbereich zukommt.

Bild 4: Frauenanteil an den beratenen Personen, Gründungsquote und Anteil von Frauen an den Gründungen im Rahmen von Projekten der TGZ „Fläming“ GmbH, Belzig:

Projekt	Jahr	Anteil von Frauen an den Personen, die beraten wurden	Gründungsquote, bezogen auf die Zahl beratener Personen	Anteil von Frauen an den Gründungen
Rego ` 99	2000	35%	43%	47%
GründerTreppe	2001	43%	54%	60%
Lotsendienst 1	2002	40%	58%	43%
Lotsendienst 2	2003	46%	63%	46%
Lotsendienst 3	2004	44%	69%	36%

[Quelle: eigene Darstellung]

Der Lotsendienst für den Landkreis Potsdam-Mittelmark hat die Aufgabe, Existenzgründungswillige zu beraten und zu unterstützen. Zunächst wird das Gründungsvorhaben von Experten in einem Assessment-Center oder einer Trainingsmaßnahme genauer beleuchtet und es werden Empfehlungen ausgesprochen. Anschließend hat jede(r) angehende ExistenzgründerIn die Möglichkeit, an themenspezifischen Gruppen- und Einzelcoachings teilzunehmen. Themen sind u. a. Marketing, Vorbereitung auf das Bankgespräch, Recht und Versicherungen, Organisation und Finanzwirtschaft in Unternehmen und Zeit- und Stressmanagement. Der Lotsendienst hilft den Gründer/innen, die eigenen Stärken besser zu erkennen und die Schwächen gezielt abzubauen. Darüber hinaus erfolgt eine individuelle Beratung in der Gründungsphase und in der Nachgründungsphase.

Das Zeit- und Stressmanagement-Seminar

Da in der Vergangenheit das Thema „Vereinbarkeit von Selbständigkeit und Familie“ nur geringe Beachtung fand, wurde im Technologie- und Gründerzentrum ein spezielles zweitägiges Seminarangebot für angehende ExistenzgründerInnen mit Familienverantwortung entwickelt.



Die Idee entstand aufgrund langjähriger Erfahrungen des TGZ in der Beratung von ExistenzgründerInnen. Neben den üblichen gründungsrelevanten Themen (wie z.B. Marketing, BWL) wurden die Seminare Zeit- und Stressmanagement mehrfach zusätzlich angeboten und genutzt.

Der **Faktor Zeit** ist ein knapp gewordenes Gut, dem in einer selbständigen Tätigkeit eine besondere Rolle zukommt. Die schnellste und einfachste Lösung, Aufgaben zu delegieren, lässt sich oft nicht umsetzen. Als ExistenzgründerIn hat man i. d. R. noch kein Personal, welches zeitaufwändige Aufgaben übernehmen kann. Das Delegieren im privaten Bereich muss eine andere Hürde überspringen: Natürlich gewinnt man Zeit, wenn jemand den Haushalt übernimmt und der Rasen gemäht wird. Doch diese Dienstleistungen kosten Geld – in der Phase der Existenzgründung ebenfalls eine eher knappe Ressource. Deshalb ist es erforderlich, anfallende Aufgaben und den Terminkalender anders zu organisieren. Die gängige Literatur zum Thema Zeitmanagement liefert nur teilweise praktikable Lösungsansätze, da sie oft auf dem Arbeitsalltag in größeren Unternehmen beruht, ein nahezu schier unmögliches Maß an Selbstdisziplin einfordert und individuelle »Zeitwänge« ungenügend berücksichtigt. Im Gegensatz zu einer abhängigen Beschäftigung müssen sich Selbständige zeitlich besonders gut organisieren. Das gilt vor allem dann, wenn eine Familie im Hintergrund steht und besonders im ersten Gründungsjahr, wenn viele Anforderungen auf einmal auf einen einströmen.

Aber auch erhöhter **Stress und Konflikte**, die auftreten können wie z.B. durch Schulden, die Betreuung von Kindern oder die Pflege von Angehörigen, werden oft unterschätzt. Viele Partnerschaften werden enorm belastet, vor allem wenn der/die Partner/in nicht hinter der Gründung steht. Nicht selten führt eine Existenzgründung zum Bruch mit der Familie, da die familiäre Lebenssituation bei der Planung unterschätzt wurde.

Der Faktor Zeit ist ein knappes Gut

Stress und Konflikte werden unterschätzt



Das Seminarangebot Zeit- und Stressmanagement richtet sich an existenzgründungswillige Frauen und Männer, die ihre Selbständigkeit mit familiären Aufgaben vereinbaren müssen und wollen. Neben der Betreuung von Kindern (bis 16 Jahre) kann das auch die Betreuung älterer Angehöriger sein (oder auch später noch werden). Dieser letzte Aspekt wird häufig unterschätzt.

Zur Familie gehören auch ältere Angehörige

Es ist leichter, **Frauen** hinsichtlich der Problematik Gründung und Familie aufzuschließen, da sie sich dieser Doppelbelastung eher bewusst sind.

Männer unterschätzen häufig die familiäre Veränderung durch eine selbständige Tätigkeit. Sie sehen sich immer noch in der klassischen Ernährerrolle, die hauptsächlich mit beruflicher Tätigkeit und weniger mit familiären Aufgaben verbunden ist, dafür aber mit hohem Erwartungsdruck. Sie stürzen sich mit aller Kraft in die Gründung, in den ersten Jahren oft ohne Freizeit und Urlaub - und nicht selten ist die Scheidung der Preis dafür. Für sie ist das Seminarangebot genau so relevant, wie die Erfahrungen zeigen.

Um zu zeigen, wie der Erfolg einer Existenzgründung durch eine gute Vorbereitung unter Einbeziehung der familiären Rahmenbedingungen beeinflusst werden kann, wurde eine besonders engagierte ExistenzgründerInnen-Gruppe **über einen Zeitraum von einem Jahr** betreut. 2 Männer und 3 Frauen, die im TGZ ein fünftägiges Assessment-Center durchlaufen hatten, nutzten das zusätzliche **zweitägige Angebot in Form eines Gruppencoachings**. Am ersten Tag (6 Stunden) analysierte ein erfahrener Dozent ihr persönliches Zeitmanagement und erarbeitete mit ihnen zusammen individuelle praktikable Möglichkeiten der Verbesserung. Am zweiten Tag wurden sie ermuntert, über ihre Ängste, besonderen Belastungen und erwarteten Konflikte im Zusammenhang mit Gründung und Familie zu reden. Dann wurden unterschiedlichste Methoden vorgeschlagen und erprobt, individuell ebenfalls sehr variabel. Sie reichten von Entspannungsmethoden bis zu Konfliktmanagement und Gesprächsführungstechniken. Nach den ersten beiden Seminartagen folgte **vierteljährlich ein eintägiges Folgeseminar**. Parallel dazu bereiteten sich die TeilnehmerInnen auf die Gründung vor und konnten Erlerntes direkt erproben. Besonders begeistert waren sie von der Arbeit in kleinen Gruppen und der individuellen Herangehensweise an die Familienproblematik jeder/s Einzelnen.

Seminar-Aufbau

Der erste Seminartag – der Trainer berichtet...

Am ersten Seminartag wurde gemeinsam mit allen SeminarteilnehmerInnen eine Vertrauensbasis erarbeitet. Alle Personen schilderten anschließend ihre derzeitige familiäre und berufliche Situation und mögliche Probleme im Zusammenhang mit der angestrebten Selbständigkeit. In dem offenen Gesprächskreis erzählte z.B. eine alleinerziehende Teilnehmerin, dass sie Probleme hatte, abends in Ruhe zu arbeiten, da ihr Kind immer wieder aus dem Bett kam. Gemeinsam wurden Lösungsstrategien für den richtigen Umgang mit dem Kind entwickelt. Mehrere TeilnehmerInnen sprachen über ihre Ängste, die mit der bevorstehenden Selbständigkeit verbunden sind. Es wurden Individualpläne entworfen, wie man mit inneren Spannungszuständen umgehen kann. Ein Teilnehmer klagte darüber, dass seine Frau ihm von der Selbständigkeit abraten würde und er deshalb zweifle, ob diese Entscheidung für ihn richtig sei. Im Seminar wurden seine Ziele und Wünsche sehr genau angesehen und ein Weg entwickelt, diese zu verfolgen und dabei die Einwände seiner Frau ernst zu nehmen und damit umzugehen. Eine Teilnehmerin berichtete darüber, dass sie nicht die nötige Distanz zu der Arbeit hätte und sich immer alles so zu Herzen nehmen würde. Hier wurden Techniken der Stressbewältigung geübt. Am Ende hatten die TeilnehmerInnen das Gefühl, eine Palette von Möglichkeiten mit auf den Weg bekommen zu haben, wie sie ihre Probleme im Alltag mit Familie und Job selbst lösen können.

Der erste
Seminartag

Der letzte Seminartag – der Trainer berichtet...

Die Teilnehmer berichteten zunächst über den Entwicklungsstand ihrer Selbständigkeit. Ein Teilnehmer kämpfte mit noch mehr Schwierigkeiten, als er im Vorfeld angenommen hatte. Gemeinsam wurden Problemlösungsstrategien entwickelt und das erneute Treffen sowie der Austausch der Gruppe vertieften das Zusammengehörigkeitsgefühl und den Willen, die angestrebten Ziele weiter zu verfolgen. Eine Teilnehmerin berichtete über die immer noch auftretenden Unvereinbarkeiten zwischen Familienleben und Beruf. Hier wurden mit vertiefenden Diskussionen neue Bewältigungsstrategien festgelegt. Die bisher gelernten Methoden hatten tiefgreifende Wirkungen bei den SeminarteilnehmerInnen hinterlassen. So hatten bei einer weiteren Teilnehmerin die Erfahrungen des Zeit- und Stressmanagement-Seminars dazu geführt, ihr Privatleben radikal zu verändern, um den neuen Anforderungen an ihre persönliche Situation besser gerecht zu werden. Diese Veränderung bewertete sie selbst als positiv. Sie blickt mit viel Optimismus in die Zukunft. Gemeinsam wurde am Ende ein Gruppenkonzept zur Selbsthilfe entwickelt, welches von den TeilnehmerInnen in Eigenarbeit umgesetzt wird. Der Trainer stellte abschließend fest: „Die Synergieeffekte innerhalb der Gruppe ergaben einen noch intensiveren Zusammenhalt der TeilnehmerInnen, auch über das Seminarende hinaus.“

Der letzte
Seminartag

Ein halbes Jahr später: **die TeilnehmerInnen berichten** über ihren Gründungsfortschritt und den Umgang mit der Familie.

Erfahrungs-
berichte

Bericht 1: Vorgründungsphase

Das Existenzgründungsvorhaben bei Frau Schubert basierte aufgrund ihres Studiums zur Betriebswirtin auf einem guten fachlichen Fundament.



Die wenig vorhandenen unternehmerischen Vorkenntnisse sollten durch verschiedene Fachseminare vertieft werden.

Zur Vereinbarkeit von Selbständigkeit und Familie hatte sie eine optimistische Einstellung.

Die Entscheidung zur Selbständigkeit wurde anfangs von der Familie unterstützt und dann zunehmend vom Ehemann kritisch betrachtet. Die Ehe ging kurz nach der Gründung am 1. November 2003 in die Brüche. In der Trennungsphase wurde die Vollselbständigkeit in eine Teilselbständigkeit umgewandelt, um mehr Zeit für die Kinder zu haben.

Bericht 1: Nachgründungsphase

Durch verschiedene Aufträge erweiterte Frau Schubert regelmäßig ihr fachliches und unternehmerisches Wissen.

Wird sie heute nach der Vereinbarkeit von Selbständigkeit und Familie gefragt, antwortet sie:

„Es ist eine Frage der Organisation“.

Sie kann sich an verschiedenen Stellen Hilfe holen. Bei leichteren Tätigkeiten hilft ihr Sohn zur Aufbesserung seines Taschengelds auch gerne mal mit.

Für die Zukunft ist der Schritt zur Vollselbständigkeit geplant.

Steckbrief

Bianca Schubert
Name

geschieden,
2 Kinder
Familie

Büro- und
Sortierservice
Gründungs idee

Bericht 2: Vorgründungsphase

Als gelernter Maler verfügte Herr Koch über ausreichendes Fachwissen, um seine eigene Malerfirma zu gründen.

Da ihm aber der dafür notwendige Meister fehlte, wählte er als Alternative die Idee des Hausmeisterservice. Die Grundlagen des unternehmerischen Know-hows erlernte er im Assessment-Center.



Zudem konnte Herr Koch bereits auf erste Erfahrungen aus einer 2-jährigen selbständigen Tätigkeit als Vertreter zurückgreifen. Seine Frau hatte zwar Zweifel, unterstützte aber die Gründungsidee. Am meisten befürchtete Herr Koch eine mögliche Überschuldung, da er aus der ersten Selbständigkeit noch Schulden hatte.

Steckbrief

Peter Koch
Name

verheiratet,
2 Kinder
Familie

Hausmeisterservice
Gründungs idee

Bericht 2: Nachgründungsphase

Herr Koch hat seine Selbständigkeit noch nicht umgesetzt. Er ist mittlerweile wieder berufstätig. Seine Gründungsidee hat er im Verlauf der Betreuungszeit gewechselt.

Zunächst ist deshalb nebenberuflich eine anerkannte zweijährige Ausbildung im Versicherungsbereich geplant. Anschließend will Herr Koch gut vorbereitet erneut in diesem Bereich eine selbständige Existenz aufbauen.

Das Seminar half ihm beim Umgang mit den Konflikten hinsichtlich der richtigen Gründungsidee, dem richtigen Gründungszeitpunkt sowie den Finanzierungsfragen.

„Selbständigkeit ist ein Weg zum Erwachsen werden.“

Bericht 3: Vorgründungsphase

Während ihrer Umschulung zur Mediengestalterin für Bild und Ton wurde Frau Wolf als damals alleinerziehende Mutter mit den Schwierigkeiten der Kinderbetreuung konfrontiert.

„Mein Kind war das erste und letzte Kind im Kindergarten.“

So lag die Gründungsidee auf der Hand: Das eigene Kinderbetreuungsproblem inhaltlich und organisatorisch durch eine Babysitteragentur lösen.



Das nötige Fach- und unternehmerische Wissen eignete sie sich gemeinsam mit ihrer damaligen Partnerin in verschiedenen Existenzgründerseminaren an.

Ihre Eltern glaubten zunächst nicht an die Realisierung der Selbständigkeit. Doch der erste Zeitungsartikel überzeugte sie.

Bericht 3: Nachgründungsphase

Als im April 2004 die Eröffnungsfeier der Agentur für individuelle Kinderbetreuung (Filii – www.filii.de) gefeiert wurde, stieg ihre Partnerin unerwartet aus. Daraufhin musste das Konzept angepasst werden. Durch verschiedene Kurse hält sie sich nun fachlich auf dem Laufenden und auch das unternehmerische Wissen kann deutlichen Zuwachs verzeichnen.

Die familiäre Situation hat sich durch die Heirat mit ihrem Partner, der ebenfalls selbständig ist, verändert. Die Zeit für ihre Tochter kann sie sich heute viel besser einteilen, da es bei „Filii“ geregelte Arbeitszeiten gibt. Über ihre Agentur vermittelt sie gerne ältere Frauen als Tagesmütter.

„Ich bin stolz darauf, dass ich einigen Frauen zum Job verholfen habe.“

Steckbrief

Christina Wolf
Name

verheiratet,
1 Kind
Familie

Agentur für
Kinderbetreuung
Gründungs idee

Bericht 4: Vorgründungsphase

Herr Gerwin, der bereits während seines Psychologie-Studiums erste Aufträge selbständig bearbeitete, brachte ausreichende Erfahrung für die Durchführung von Führungstrainings mit, um sein eigenes COACHING BÜRO POTSDAM zu eröffnen.



Unternehmerischen Themen wie z.B. der Akquirierung von Kunden schenkte er in verschiedenen Existenzgründerseminaren besondere Aufmerksamkeit. Seine Familie bewertete die Existenzgründungsidee eher skeptisch und sprach sich für ein klassisches Angestelltenverhältnis aus. In seiner Planung hinsichtlich der Vereinbarkeit von Selbstständigkeit und Familie berücksichtigte er den zeitlichen Mehraufwand und sah positiv in die Zukunft.

Steckbrief

Marco Gerwin
Name

ledig,
1 Tochter-
lebt bei Mutter
Familie

COACHING BÜRO
POTSDAM
Gründungsidee

Bericht 4: Nachgründungsphase

Ab 2000 startete Herr Gerwin seine Selbständigkeit im Nebenerwerb und wechselte in 2003 in den Vollerwerb. Die Ausrichtung seiner Tätigkeit hat sich verschoben in Richtung verstärkter Seminartätigkeit.

Die Vereinbarkeit seiner Tätigkeit mit den familiären Aufgaben ist schwerer geworden. Früher gab es feste Termine, an denen er die Zeit mit seiner Tochter verbrachte. Heute gibt es dafür Helfersysteme, die ihn im Notfall bei der Kinderbetreuung unterstützen.

„Die Zukunft ist weniger planbar.“

Bericht 5: Vorgründungsphase

Als Edda Timmermann, die gelernte Gesangspädagogin, nach langjähriger Kinderpause durch den Start in die Selbständigkeit wieder in ihren Beruf zurückkehren wollte, hatte sich mittlerweile eine Menge verändert.



So war es notwendig, neben dem Erlernen des unternehmerischen Wissens auch das Fachwissen aufzufrischen.

Über die Vereinbarkeit ihrer Existenzgründungs idee mit den familiären Aufgaben machte sich die alleinerziehende Mutter wenig Gedanken, da nur noch der 4-jährige Sohn bei ihr wohnte und dessen Betreuung bereits geregelt war.

Die beiden älteren Geschwister leben im Haushalt des Vaters.

Steckbrief

Edda Timmermann
Name

geschieden,
3 Kinder
Familie

Gesangspädagogin
Gründungs idee

Bericht 5: Nachgründungsphase

Seit Dezember 2003 ist Frau Timmermann als Gesangspädagogin selbständig tätig. Im Mittelpunkt ihrer Arbeit steht der Aufbau einer Verbindung zwischen Körper und Geist. In ihren Kursen „Die organische Stimme - der Atem – das A und O des Lebens“ arbeitet sie u.a. mit Tönen, Atem und geführten Körperreisen. Das fachliche Wissen hat noch immer große Bedeutung und für das unternehmerische Wissen holt sie sich teilweise kompetente Hilfe.

Die Einheit zwischen dem Beruf und der Familie hat sich zum Positiven entwickelt. Es helfen jetzt viele Familienmitglieder mit. Die Existenzgründung wird mittlerweile gut akzeptiert.

„Plötzlich wurden Absprachen mit den beiden Vätern leichter durchgesetzt und ein Prozess wurde losgetreten, da eigene Bedürfnisse besser formuliert werden.“

Empfehlungen

Jede Erwerbsarbeit, gleich, ob angestellte oder selbständige Beschäftigung, birgt gewisse Schwierigkeiten hinsichtlich der Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Entgegen der landläufigen Meinung lässt auch (und gerade) eine selbständige Beschäftigung ganz individuelle Lösungsmöglichkeiten hierfür zu. Voraussetzung ist allerdings eine sehr gute Vorbereitung. Es sollten deshalb frühzeitig vor einer Existenzgründung alle Fragen hinsichtlich der Familiensituation (u. a. Partner, Kinderbetreuung, Pflege von Angehörigen) aufgeschlüsselt werden. In der Bewältigung der selbständigen Arbeit spielen diese persönlich wichtigen Verantwortlichkeiten eine große Rolle. Sie müssen unter Umständen aber anders als bei einer abhängigen Tätigkeit in den Tagesablauf integriert werden.

Dazu der Gründerlotse des Landkreises Potsdam-Mittelmark, Klaus Wessels:

„Grundsätzlich sollte eine Gründungsberatung einen prozessorientierten Ansatz verfolgen. Dabei sind auch die persönlichen Ausgangsbedingungen der Gründerinnen und Gründer zu berücksichtigen und der familiäre Kontext in die geplante selbständige Tätigkeit einzubeziehen.“

Aus seiner Sicht ist das Gründungsverhalten in folgender Hinsicht geschlechterspezifisch:

„Frauen gründen anders. Das äußert sich in der Wahl der Branchen für die Gründung. Außerdem nehmen sie sich offensichtlich mehr Zeit für die Vorbereitung. Sicher auch deshalb, weil sie bereits frühzeitig an die Regelung der Familienangelegenheiten denken. Auch Männer sollten dies stärker berücksichtigen.“

Diesen Ansatz möchten wir abschließend aufgrund der Erfahrungen in der Zusammenarbeit und Begleitung der TeilnehmerInnen des Zeit- und Stressmanagement - Seminars noch einmal unterstreichen: Alle befragten TeilnehmerInnen und der Trainer bestätigten die große Bedeutung und den hohen Stellenwert einer guten individuellen Vorbereitung hinsichtlich der Vereinbarkeit von selbständiger Tätigkeit und Familie.

Der Gründerlotse
berichtet

Abschließend einige Gedanken, die die TeilnehmerInnen des Zeit- und Stressmanagement-Seminars angehenden ExistenzgründerInnen mit auf den Weg geben wollen:

„Diesen Berg schaffen wir mit viel Kraft, viel Wissen und Lust.“

Bianca Schubert

„...sollen sich nicht so schnell unterkriegen lassen und immer an das Positive glauben.“

Peter Koch

„Sollen zu Filii kommen, Vertrag machen, ich helfe ihnen. Außerdem soll der Existenzgründer noch mal genau überlegen, welche Kurse brauche ich wirklich. Am besten vorab einen Fahrplan machen und berücksichtigen, welche Erfahrungen bringe ich schon mit.“

Christina Wolf

„Die Existenzgründung mit dem sozialen Umfeld abstimmen. Helfersysteme aufbauen (Babysitter). Auf die Lebensentwürfe kommt eine stärkere Belastung zu – weniger Zeit und Erholung in der Familie.“

Marco Gerwin

„Der Glaube an sich selbst. Das öffnet dann alle Wege. Ehrlichkeit zu sich selbst und den Anderen. Es ist eine große Möglichkeit, erwachsen zu werden.“

Edda Timmermann

Der gute Gedanke

Projekthintergrund

Die TGZ „Fläming“ GmbH übernahm von Mai 2002 bis Juni 2005 die Funktion der Koordinierenden Stelle der „Entwicklungspartnerschaft REchoke - Strukturwandel und Chancengleichheit in ländlichen Räumen Brandenburg“.



EU-Entwicklungs-
partnerschaft
REchoke

Dahinter steht ein Netzwerk von 5 Trägern aus 3 Landkreisen (Potsdam-Mittelmark, Elbe-Elster, Prignitz), die mit verschiedenen spezifischen Teilprojekten an der Thematik der besseren Vereinbarkeit von Familie und Beruf arbeiten. Auf europäischer Ebene wurde mit Partnerorganisationen aus Frankreich, Spanien und Portugal kooperiert.

Die Coaching-Management-Agentur Potsdam-Mittelmark war ein Teilprojekt der TGZ „Fläming“ GmbH mit dem Schwerpunkt der Sensibilisierung für familienfreundliche Arbeitsorganisation in Unternehmen. Sie entwickelte eine IST-Analyse der Familienfreundlichkeit im Unternehmen, untersuchte mehrere Einrichtungen im Landkreis und organisierte Anschlussmaßnahmen im Unternehmen wie z.B. eine Seminarreihe für Angestellte mit zu pflegenden Angehörigen.

Durch die Coaching-Management-Agentur wurde der erste brandenburgweite Wettbewerb „Job und Familie: Das geht! Vereinbarkeit von Familie und Erwerbstätigkeit in Brandenburger Unternehmen“ ins Leben gerufen.

Darüber hinaus entwickelte sie für ExistenzgründerInnen mit Familie das Seminar „Zeit- und Stressmanagement“, dem sich die vorliegende Broschüre widmet.

Projektleiterin der Coaching-Management-Agentur war Anne Demanowski.

Gefördert wurde diese Entwicklungspartnerschaft durch das Bundesministerium für Wirtschaft und Arbeit aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds im Rahmen der europäischen Gemeinschaftsinitiative EQUAL.



[Quelle: Selbständig ist die Frau, LASA Brandenburg GmbH 2001]

Einstellung der Familie zur Gründung

Klären Sie mit Ihrer Familie auf jeden Fall die folgenden Fragen:

- Was halten Kind/-er und/oder Lebenspartner von Ihrer geplanten Selbständigkeit?
- Ist allen Beteiligten klar, dass sich damit der Familienalltag ändern wird?
- Können alle akzeptieren, dass Sie womöglich in den ersten Jahren weniger Zeit für die Familie haben?
- Wie viel Zeit wollen und müssen Sie trotz Selbständigkeit in jedem Fall für Ihre Familie aufbringen?
- Im welchem Maße sind Sie bereit, die Betreuung der Kinder abzugeben?
- Wer steht zur Betreuung der Kind/-er zur Verfügung?
- Welche Befürchtungen haben Kind/-er und Lebenspartner?
- Können diese Befürchtungen entkräftet werden?
- Können Sie sich auf die Unterstützung Ihrer Familie verlassen?

Wie viel Zeit benötigt der Haushalt?

Tätigkeit	pro Tag Montag bis Sonntag von - bis	Zeit insgesamt
Schlafen		
Morgens Frühstück vorbereiten		
Einkaufen		
Kochen		
Abspülen		
Küche aufräumen		
Wohnung aufräumen		
Kind/-er in Kita/Schule bringen		
bei Hausaufgaben helfen		
Putzen (wenn möglich, als Aufgabe abgeben)		
... bitte selbstständig weiter ergänzen		
Zeit für mich selbst (dringend notwendig)		
Zeit pro Haushalt und Familie pro Woche		

- Schreiben Sie alle Haushalts-Aufgaben und deren Bearbeitungsdauer für einen bestimmten Zeitraum auf.
- Suchen Sie gemeinsam mit Ihrer Familie nach Optimierungsmöglichkeiten: Wo lässt sich Zeit einsparen?
- Klären Sie, was sinnvoller ist: Aufgaben in einzelne Tätigkeiten (z.B. Staubsaugen, Putzen, Aufräumen) oder zusammengefasste Verantwortungsbereiche (z.B. saubere und ordentliche Kinderzimmer) aufteilen?
- Teilen Sie die Tätigkeiten bzw. Verantwortungsbereiche gemeinsam untereinander auf. Im Ergebnis muss Ihnen ausreichend Zeit für Ihre berufliche Selbstständigkeit zur Verfügung stehen.
- Schreiben Sie in einen Stundenplan, was zu erledigen ist und wer diese Aufgaben übernimmt.
- Lernen Sie Ihre Familie für alle Aufgaben im Haushalt an, z.B. Waschmaschinen-Bedienung, Staubsauger-Tüten wechseln, Gebrauch der Putzmittel usw..
- Sprechen Sie regelmäßig (einmal im Monat, alle zwei Monate) über die Aufgabenaufteilung, ändern Sie bei Bedarf.
- Sorgen Sie für Notfälle vor, z.B. (Schwieger)-Mutter/-Vater, Freund/-in, Nachbar/-in.

Zeit besser nutzen

Zeitaufwand für einzelne Aufgaben realistisch kalkulieren

- Schätzen Sie den Zeitaufwand für die Erreichung der Ziele realistisch ein.

Prioritäten täglich festlegen

- Welche Aufgaben und Ziele müssen heute erledigt werden?
- Welche haben Zeit bis morgen?
- Welche müssen bis zum Ende der Woche erledigt sein?

Unvorhergesehenes einplanen

- Stellen Sie fest, ob und wie oft etwas Unvorhergesehenes passiert
- Wiederholen sich bestimmte Fälle?
- Können sie diese in Ihrer Planung berücksichtigen?
- Müssen Sie tatsächlich immer sofort reagieren?
- Könnten Sie in bestimmten Fällen Aufgaben auch verschieben oder delegieren?

Zeit einsparen

- Welche Alternativen oder Möglichkeiten, Zeit einzusparen, gibt es?
- z.B. Doppelfahrten vermeiden, Besprechungen genau vorbereiten, einmal pro Woche anstatt mehrmals pro Woche einkaufen.