

Mut, Neues zu wagen

Neues wagen: Transformationscoach Monika Kletzmayer weiß, warum man seiner inneren Stimme folgen sollte.



„Der Erfolg im Außen hat sich nicht im Inneren wiedergespiegelt“

Monika Kletzmayer, 45, hat einen Erfolgserfolg, um mehr Mut zu finden.

Ich habe BWL und Wirtschaftsinformatik studiert und bin nach dem Studium gleich beruflich durchgefallen. Ich war sehr energiegelad und bin schnell aufgestiegen. Mit 30 hatte ich die HR-Leitung in einem Konzern mit damals 1.000 Mitarbeiter*innen – das absolute Jobtopp. Ausdauer konnte man nicht sein. Trotzdem hat sich der Erfolg im Außen nicht in meinem Inneren widerspiegelt. Ich habe 30, 80 Stunden in der Woche gearbeitet, die Zeit aber Zeit war ich hauptsächlich nicht. Umgekehrt 2013, mit 32, habe ich begonnen, mich etwas anders in mei-

nem Leben zu stellen. Ich habe die Ingeborg-Bronner-Jugend gemacht, habe mit Karsten angefangen – alles, was diese befragt haben, sich selbst mehr zu öffnen. Der Prozess hat einen einseitig Jahre gefordert. Ingeborgswesen war nur mehr ein kleines Business mit mir. Ein kleiner Schritt, um das Leben zu öffnen, mehr Leben wirklich zu erleben. Ich habe danach eine Coachingschulung gemacht, der Trainer sagte zu mir: „Monika Kletzmayer, Sie haben Potenzial. Wollen Sie nicht in Richtung Beratung und Coaching gehen?“ Das war der Moment, wo ich gemerkt habe: Ich will auch ein anderes Leben. Ich habe

meinen Job gekündigt und mich selbstständig, ein Jahr danach zu nehmen. Aber nicht im Sinne von „Ich gehe auf eine Qualifizierungsmaßnahme“ – ich bin hier geblieben und habe viel ausgelebt, unterschiedliche Angebote unterbreitet. Ich habe nur Dinge gemacht, die ich wirklich empfinden fand. Das hat mich zu meinem aktuellen Minusjob als Beraterin geführt, bis ich mit 38 – umgekehrt – schwanger wurde. Aber erneut wieder einen anderen Anstellungsmöglichkeit unterbreiten, habe ich begonnen, mich noch intensiver nach meinem eigenen Empfinden auszuzeichnen. Es hat alles ein paar

Jahre gefordert, aber heute habe ich meine eigene Unternehmens-Coaching unter der Leitung. Das gibt mir Zeit für alles, was mir wichtig im Leben ist. Mein gewöhnlicher Tag sieht so aus, dass ich nicht vor 10 Uhr aufstehe. Ich arbeite von 10 bis 12 Uhr in der Praxis eine Stunde im Studio, habe Zeit für Yoga und Journaling. Ich arbeite bis drei Uhr, dann gehe ich nach meiner Familie. Meine Arbeit bedeutet dem, Menschen zu begleiten, das erfüllt mich sehr. Für mich ist ein gutes Leben, wenn ich mir selbst zulassen und alle Aspekte in mir Platz haben dürfen.

Ausgabe Juni 2021 Die Wienerin



Ausgabe Februar 2021 Steirerin

Auf Herzensklarheit folgt Erfolg

Monika Kletzmayer ist Transformationscoach und begleitet ihre Kund/innen in die von ihr vorgelebte „Herzensklarheit“. Sie unterstützt erfolgreiche Frauen (und Männer) dabei, der inneren Stimme zu folgen und mutige Entscheidungen zu treffen, um ein ganz individuelles Verständnis von Erfolg zu definieren.



Foto: Marija Kanizaj

Ihre Online Coachings zur von ihr entwickelten „Herzensklarheit“ sind gerade in diesem Jahr bestens gebucht, denn: „2020 ist ein Jahr mit einer hohen Veränderungsenergie“, analysiert Monika Kletzmayer die Anfragen seit Corona. Nach ihrer langjährigen Tätigkeit in den Bereichen HR und Organisationsentwicklung in einem international agierenden Konzern hat Monika gekündigt. „Ich hatte hart darauf hingearbeitet, aber als ich mit Anfang 30 meine großen Karriereerfolge feiern und genießen sollen, stellte sich nicht die erwartete Erfüllung in mir ein“, erzählt Monika. Es folgte ein Jahr Auszeit, um herauszufinden, was sie wirklich möchte und Monika sich die Sinnfrage nach dem „Warum möchte ich das und was möchte ich wirklich?“ stellte. Anschließend ist sie in die Organisationsberatung gewechselt und hat Unternehmen bei den Themen „Selbstorganisation“ und „hierarchiefreie Organisation“ gecoacht.

Nach Schwangerschaft und Trennung von ihrem Lebensgefährten sei die Sinnfrage dann immer stärker in den Vordergrund gerückt, woraufhin sie ihr eigenes Online Coaching-Unternehmen gründete. „Einfach war das nicht immer! Die süßeste Überraschung war, als ich ungeplant und inmitten des Aufbaus meiner Selbständigkeit Mutter wurde. Das hat so einiges auf den Kopf gestellt. Doch heute kann ich meine Kund/innen aufgrund dieser lebensverändernden und herausfordernden Erfahrungen zu meinem Herzensweg noch fließender in deine eigene, ganz persönliche Herzensklarheit führen“, erklärt Monika.

Mit weniger Tun ALLES erreichen

Monika Kletzmayer begleitet erfolgreiche Frauen (und Männer) nach Hause in ihre „Herzensklarheit“. Das Konzept lautet wie folgt: „Es bedeutet, dass ich den Stimmen, die meine innere Wahrheit sind, Gewicht gebe. Da es ohnehin keine absolute Wahrheit gibt, wir uns aber oft nach dem Außen statt dem Innen richten, entstehen Gefühle von Zweifeln und Hadern. Das macht uns unglücklich und unzufrieden. Die Gefühle des Herzens sind aber Freude und Leichtigkeit sowie die Frage: Wie kann ich der Welt am besten dienen?“

Die meisten Kund/innen sind weiblich und in Führungspositionen. Diese stehen oft vor großen Lebensentscheidungen und brauchen dabei Unterstützung. Es geht bei den Online Coachings darum, auf nichts verzichten zu müssen und mit weniger zu tun alles zu erreichen. Monikas eigener Weg dabei war, von einer 50 Stunden Woche auf eine 20 Stunden Woche zu kommen und trotzdem ein Spitzeneinkommen zu beziehen. Die Ziele der Kund/innen sind allerdings sehr vielseitig und individuell. Pro Coaching bleibt die Betreuung für drei Monate aufrecht. Monika ist davon überzeugt, dass das Leben es gut mit einem meint und man mit Leichtigkeit und einem Plan alles schaffen kann. „Erfolg folgt auf Freude“, ist einer ihrer Glaubenssätze. Wenn man aus dem Herzen spricht, könne man sehr klar sagen, was man sich wünscht. Und auf diese Sinnsuche begibt sich Monika mit ihren Kund/innen sehr erfolgreich.

Mutige Schritte zur eigenen Herzensklarheit

Obwohl sie auf Frauen-Coachings spezialisiert ist, melden sich auch immer wieder „mutige“ Männer. „In Wahrheit geht es nicht ums Geschlecht, es geht um die weibliche Energie (die hat nichts mit Geschlecht zu tun). Unsere aktuelle Gesellschaft ist von der männlichen Energie geprägt. Wir haben gelernt, unsere männlichen Aspekte zu leben, um damit etwas zu erreichen“, erzählt sie. „Push“ und Leistung sowie Anstrengung und nach „vorn gerichtete Energie“ sei männlich – weibliche Energie heiße aber „einfach zu empfangen“.

„Alles was ich in den Online Coachings tue, ist hinzufügen in das Empfangen und in die Kreativität. Dann handle ich gezielt und da brauche ich wieder die männliche Energie. Meine Energie ist keine Push-Energie, sie macht nur sichtbar, was ohnehin schon da ist, nur verschüttet war.“ Nach dem Ergebnis ihres Coachings sei man „innerlich aufgestellt“ und habe den Mut, Veränderungen zu wagen und einer inneren Stimme zu folgen, die bisher immer zu leise war. Circa 50 Prozent ihrer Kundinnen und Kunden buchen anschließend weiter oder wissen nach dem dreimonatigen Online Coaching, was ihnen guttut, um selbst dranzubleiben. Dafür müsse sie ihr eigenes Mindset ständig überprüfen und mit gutem Beispiel vorangehen. „Die Kunden und Kundinnen spüren, was für ein Strahlen von mir ausgeht und dass es sich lohnt, dranzubleiben. Sie treffen mutige Entscheidungen, da es oft darum geht, eine Kündigung auszusprechen oder ein eigenes Business aufzubauen. Hierbei sind der Weg und das Tempo entscheidend.“

Neu im Programm ist die „Herzensklarheit Businessclass“ für Frauen und Männer, die gerade ein Online Unternehmen gründen. Darin gibt es Live Zoom Meetings alle 14 Tage – man hat die Gruppe an Gleichgesinnten und 1:1 Meetings mit Monika Kletzmayr zur Verfügung, um auf Wünsche genauer einzugehen und individuelle Lösungen zu entwickeln. Monika hat noch viele Ziele, unter anderem würde sie gerne viel ortsunabhängiger leben und mehrere Monate im Jahr an schönen Orten verbringen. „Ich liebe den ‚Workation-Style‘ und kann mir künftig sehr gut vorstellen, einwöchige Coaching-Retreats an den schönsten Plätzen der Welt zu organisieren“, skizziert Monika ihre Visionen.