

„Das Leben ist zu wertvoll für den falschen Job“

Die Krefelderin Bettina Pöhler ist Führungskräfte-Coach. Nun hat sie ihr erstes Buch geschrieben.

Krefeld (red.) Das Leben ist zu wertvoll für den falschen Job“, sagt Bettina Pöhler. „Gerade Führungsfrauen haben oft das Gefühl, sich in ihrem Job verbiegen zu müssen – dauerhaft ist das sehr belastend“, berichtet der Führungskräfte-Coach. Die 39-jährige Krefelderin hat sich zur Aufgabe gemacht, ambitionierte Frauen dabei zu unterstützen, ihre Karriere als Führungskraft so zu gestalten, dass sie nicht nur erfolgreich ist, sondern auch glücklich macht. Genau das ist auch Thema in ihrem Buch „Endlich unendlich erfüllt: Die Karriere deines Lebens“, das jetzt erschienen ist.

„Es ist ein absolutes Herzensprojekt“, sagt sie. „Es fasst zusammen, was ich in den vergangenen Jahren auf meinem eigenen Weg zu meiner für mich stimmigen Karriere für mich gelernt habe.“ Ihr Ziel: „Ich



Bettina Pöhler stellt ihr Buch „Endlich unendlich erfüllt“ vor. Foto: privat

möchte möglichst vielen Führungspersönlichkeiten Denkanstöße bieten, sich auf den Weg zu machen und herauszufinden, was ihre Karriere für sie bedeutet – und wohin sie in ihrem Leben wollen. Denn ein klares Ziel ist Voraussetzung für die Richtung, die du im Leben einschlägst.“ Die Mutter zweier Töchter (5

Jahre, 11 Monate) war viele Jahre lang selbst in verschiedenen leitenden Positionen in der Industrie tätig und hat nach der ersten Elternzeit festgestellt, dass sie in ihr bisheriges Umfeld auf einmal nicht mehr passte. „Das war für mich der Punkt, an dem ich wusste: Ich muss etwas ändern.“ Welche Schritte sie auf

dem Weg gemacht hat, darüber berichtet sie in ihrem Buch. Mit zahlreichen Fragen und Hintergründen leitet sie den Leser durch genau diesen Prozess. Beigefügt ist auch ein Praxisteil mit Übungen, der am Ende des Buches dazu anleitet, den eigenen Karriereplan aufzustellen – ebenso wie Online-Bonusmaterial mit Videoanleitungen, Workbook und weiteren Materialien. „Es geht darum, nicht länger das Leben dem Job anzupassen, sondern einen Job zu gestalten, der zum Leben passt“, fasst Pöhler zusammen.

Das Buch ist übrigens nicht nur für Frauen: „Ich habe einfach zu viele unzufriedene Menschen erlebt, die ihren Jobfrust mit nach Hause schleppen“, sagt die Autorin. „Und die Schritte zu der Karriere, die zum eigenen Leben passt, sind für jeden nutzbar, der sich davon angesprochen fühlt und sie anwenden will.“ Weitere Informationen, einen Blick ins Inhaltsverzeichnis sowie kurze Filme zum Buch und zur Autorin gibt es hier: Bettina-poehler.de/buch

Bettina Pöhler schreibt ihr erstes Buch über die berufliche Erfüllung

Der Weg aus dem Job-Frust

Von Chrismie Fehrmann

Diesen Wunsch hatten schon viele Arbeitnehmer; selten waren sie in der Lage dazu, ihn zu verwirklichen. Die Frage lautet: „Wir komme ich dahin, dass sich Arbeit für mich nicht als Arbeit anfühlt?“ Anders ausgedrückt: „Raus aus dem Job-Frust.“ Die Krefelder Journalistin Bettina Pöhler hat den Weg für sich gefunden und teilt ihn mit ihrer Leserschaft in ihrem neuen Buch. „Endlich unendlich erfüllt: Die Karriere deines Lebens“ ist jetzt erschienen.

„Das Leben ist zu wertvoll für den falschen Job“, sagt die 39-Jährige. „Gerade Führungsfrauen haben oft das Gefühl, sich in ihrem Job verbiegen zu müssen. Dauerhaft ist das sehr belastend“, berichtet sie von ihren Erfahrungen. Nun hat Pöhler es sich zur Aufgabe gemacht, ambitionierte Frauen dabei zu unterstützen, ihre Karriere als Führungskraft so zu gestalten, dass sie nicht nur erfolgreich ist, sondern auch glücklich macht.

Übrigens: Auch Männer dürften das Buch durchaus lesen, er-

klärt sie mit einem Lächeln. „Ich habe einfach zu viele unzufriedene Menschen erlebt, die ihren Jobfrust mit nach Hause schleppen. Die Schritte zu der Karriere, die zum eigenen Leben passt, sind für jeden nutzbar, der sich davon angesprochen fühlt und sie anwenden will“, erklärt die Autorin.

Ihr beruflicher Werdegang verlief durchaus erfolgreich. Pöhler ist zertifiziert als Speakerin, Management-Trainee, Change Managerin und Coach. Sie hat einen Magister-Abschluss in Anglistik und Kommunikationswissenschaften und ist ausgebildete Tageszeitungsjournalistin. Bevor sie sich 2019 für ihr eigenes Business entschied, arbeitete sie 15 Jahre lang als Kommunikationsexpertin und Unternehmenssprecherin in verschiedenen Führungspositionen in Energie- und Chemie-Branche.

Mit der Geburt ihrer ersten Tochter sei jedoch alles anders geworden. „Als ich nach der Elternzeit in den Beruf mit seinen festen Strukturen zurückgekehrt bin, fühlte sich das für mich nicht mehr gut an. Der

Zur Person

Autorin Bettina Pöhler lebt seit 17 Jahren in Krefeld. Sie begleitet Führungsfrauen aus Männerdomänen raus aus der beruflichen Leere, hinein in die Karriere als Angestellte, die sich wirklich stimmig anfühlt – für mehr Sinn, Energie und große Visionen im Leben.

bettina-poeehler.de/buch

Job, den ich jahrelang gerne gemacht habe, ebenso wie die netten Kollegen, das war alles nicht mehr meins.“ Sie wollte selbstbestimmter arbeiten, sich nicht mehr anpassen müssen. Hier lautete die Frage: „In welche Richtung will ich gehen mit dem kleinen Kind?“ Trotz ihrer Ehe wollte sie immer unabhängig und selbstständig bleiben.

Dann beschloss sie: „Das ist mein Leben, ich habe nur dieses eine und es ist zu wertvoll für den falschen Job. Schluss mit dem Arbeitsleben von 7.30 bis 19 Uhr und einer Tochter, die die Welt entdeckt.“

Doch erst mit der Geburt des zweiten Mädchens hat sie den Sprung in die Selbstständigkeit endgültig gewagt, es hat dann den Ausschlag gegeben. Ende vergangenen Jahres hat sie dann die Arbeit an ihrem Erstlingswerk begonnen. „Ich wollte nicht mehr auf Sachen warten, sondern sie in Angriff nehmen.“

Mit zahlreichen Fragen und Hintergründen leitet sie den Leser durch diesen Prozess. Beigefügt ist ein Praxisteil mit Übungen, der am Ende des Buches dazu anleitet, den eigenen Karriereplan aufzustellen.



Bettina Pöhler mit ihrem Erstlingswerk: „Endlich unendlich erfüllt: Die Karriere deines Lebens“.

Foto: Mark Mocnik