

Das Interview ist entstanden, damit Sie mich noch besser kennenlernen können. Es ist im April 2009 in Hongkong aufgenommen worden.

### **Hallo liebe Zuhörerinnen und Zuhörer!**

Schön, dass Sie sich Zeit nehmen, diesem Interview zu lauschen. Sie haben sicher schon einiges über Petra Schuseil auf ihrer Homepage gelesen und auch die Fotos betrachtet. In diesem Interview antwortet sie auf Fragen, die sie auf der Website bis jetzt noch nicht gelesen haben.

### **Was sind die drei wichtigsten Stationen in Ihrem Leben? Warum?**

Ich fange mal mit der Gegenwart ein. Das ist einfach. Die wichtigste Station in meinem Leben behaupte ich heute ist die in Hongkong. Hongkong ist eine wunderbare Stadt mit vielen Facetten. Ich hatte einerseits viel Zeit für mich. Andererseits bin ich mit meinem Mann viel gereist. Drei Dinge hatte ich in meinem Reisegepäck von Frankfurt kommend. Erstens die Frage: Um was geht es mir in meiner Coachingarbeit? Zweitens: Mein bisheriges Know-how als Coach - was kann ich eigentlich? was bringe ich mit? Und drittens eine vage Idee, ein Buch zu schreiben. Ich habe über das Lebenstempo in Hongkong geschrieben und all die Modelle und Weisheiten rund um das Coaching-geben aufgelistet. Da ist eine Menge zusammen gekommen. Mal sehen, was ich mit diesem Manuskript anstelle.

Eine weitere wichtige Station ist der Start in die Selbständigkeit 1995. Als freie Assistentin habe ich Chefsekretärinnen vor allem in der Werbeagenturwelt während ihres Urlaubs oder in Krankheitstagen vertreten. So kam ich auch zu Ogilvy & Mather in Frankfurt, wo ich drei Jahre als sogenannte Freelancerin beschäftigt war. Ich habe bei O&M für Delle Krause gearbeitet, einem der besten kreativen Köpfe Deutschlands. Das war eine spannende Zeit. Danach habe ich dann meine eigene kleine Personalagentur für Kreative gegründet "ad.hunting". Hierzu können Sie auf der Website noch mehr lesen.

Und mit ad.hunting kam auch der Wunsch auf nicht mehr abzuwerben sondern Menschen zu beraten. Ich begann die Ausbildung zum Coach. Ich wußte, ich berate gut und gerne und habe nach einer Ausbildung gesucht, die den Bogen spannt von Psychologie über Persönlichkeitsentwicklung zu effektiven Coaching-Methoden. In diesen vier Jahren habe ich bei Janus GmbH nahe München viel Neues gelernt und viele interessante Menschen getroffen. Erfahrene Senior Coaches wie Anna Kirsch und Wolfram Jokisch haben mich das Coaching-geben gelehrt.

### **Was ist Ihnen in der Arbeit besonders wichtig? Was zeichnet Ihre Arbeit aus?**

Mir ist es wichtig, dass es meinem Klienten gut geht. Wie meine ich das? In dem Raum, in dem ich das Coaching gebe, soll sich mein Coachee wohl fühlen. Ich mag z.B. gerne helle Räume mit Blick ins Grüne ... Ein gutes Coaching-geben zeichnet sich aus durch Zuhören, Begleiten und wenn der Klient es wünscht, gebe ich Impulse. Eine Autorin hat den Coaching-Prozess wie einen Tanz beschrieben. Der Coach übernimmt die Führung durch Begleitung, der Coachee übernimmt im besten Sinne

die Schritte ... es ist ein Gleiten auf der Tanzfläche ... und immer auf gleicher Augenhöhe. Es entsteht ein Dialog. Bei mir darf es auch mal ganz langsam zugehen. Es darf auch mal etwas Neues ausprobiert werden. Rückwärts gehen vielleicht? Mir ist es wichtig, dass meine Klienten ihre innere Ruhe finden. Deshalb lade ich manchmal zum Inne-halten ein .. wie auf einem Elefantenrücken. Das kann man hier auf meiner Website ganz schön nachlesen unter dem Menüpunkt Zeitmanagement.

### **Warum machen Sie Lebenstempo-Coaching?**

Eine einfache Antwort: Damit meine Coachees ihr eigenes Lebenstempo entdecken und entwickeln. Das ist einfacher gesagt als getan. In der Hetze des heutigen Alltags von vielen ersehnt und schwer hinzukriegen. Wenn wir unser eigenes Lebenstempo erst einmal selbst entdecken ist es auch gestaltbar, die Lebensqualität erhöht sich. Wir sind zufrieden. Im weitesten geht es darum, leistungsfähig zu bleiben und sich nicht auszubrennen. Denn ich habe gelernt: Wer gegen seine Werte lebt brennt aus. Ich habe in meinem eigenen Leben gelernt, dem Burn-out die rote Karte zu zeigen. Deshalb lade ich im Werte-Coaching dazu ein, sich der eigenen Werte bewusst zu werden. Wenn wir wissen wollen, was uns wirklich wichtig ist, braucht es Zeit darüber nachzudenken. Am besten mit einer neutralen Person wie mir. Es ist spannend, die eigenen Werte zu entdecken. Oftmals so naheliegend und doch oft mit einem Aha-Erlebnis verbunden.

### **Was ist Ihre größte Stärke in der Arbeit mit Kunden?**

Zuhören, Gelassenheit, Ruhe bewahren, Dran-bleiben, den roten Faden finden, Dran-bleiben .... Anteilnehmen und immer wieder Dran-bleiben.

### **Was war Ihre größte Niederlage bisher?**

Das Wort Niederlage will ich mal mit dem Begriff Scheitern assoziieren? Ganz aktuell diskutiere ich nämlich zu diesem Thema in meinem Blog. Das Thema ist "Die Kunst des Scheiterns. Eine Kultur des Scheiterns entwickeln". Die Frage ist nämlich, was ist Scheitern? Und ist es schlecht zu scheitern? Da ich selbständig bin und Solo-Unternehmerin gehe ich Risiken ein. Da geht auch mal was schief. Wenn man so will bin ich in der Wirtschaftskrise rund um die Jahrtausendwende gescheitert. Meine Auftraggeber hatten kein Geld mehr. Kreative Mitarbeiter wurden eher entlassen als neu eingestellt und als Coach hatte ich mich noch nicht positioniert. In dieser Zeit mußte ich Träume und Vorhaben begraben, meine Existenz sichern und vor allem mit meiner Ohnmacht gegenüber der allgemeinen Finanzsituation zurecht kommen. Wie ich mich dann aufgerappelt habe und mit voller Kraft auf meinen Weg gemacht habe, lesen Sie in meinem Werdegang zum Coach.

### **Welches war der größte Erfolg, den Sie für und mit Kunden erreicht haben?**

Wenn meine Klienten, vor allem auch hier in Hongkong meine männlichen Coachees, mir signalisieren, den Sinn und die Orientierung im Leben wieder gefunden zu haben.

**Was ist der größte Misserfolg in einem Coaching?**

Das Coachingziel nicht zu erreichen. Sich im Coaching-Prozess verzetteln.

**Was sind Ihre Leitwerte?**

Optimismus, Spiritualität, Zuversicht, Verbindlichkeit, Professionalität, Herzlichkeit  
.. Humor und Fröhlichkeit.

**Wo sehen Sie das stärkste Entwicklungspotenzial für Kunden in Ihrem Fachbereich?**

Viele meiner Coachees kommen aus der Kommunikations- und Werbewelt ... ich lade zu einer neuen Herausforderung ein: in die eigenen Wertewelt einzutauchen, um kreativ zu bleiben und damit die eigenen Ressourcen für sich zu entdecken. Heute ist es mehr denn je gefragt, den eigenen Stil ganz authentisch zu leben. Den findet man nicht im Außen sondern nur in sich selbst.

**Welches Projekt wartet darauf, realisiert zu werden?**

Im Herbst soll es einen Online-Workshop geben, eine Art "Lebenstempo-Experiment" für alle, die ihren eigenen Lebensrhythmus entdecken wollen.

Und damit Sie immer aktuell informiert sind, schauen Sie doch bald wieder vorbei oder abonnieren Sie den Lebenstempo-Newsletter. Auf der ersten Seite meiner Homepage können Sie Ihre E-mail-Adresse eintragen. In regelmäßigen Abständen gebe ich im Newsletter Impulse für den Alltag und informiere Sie über neue Angebote. Bleiben Sie dran! Danke, dass Sie bis hierher zugehört haben. Ich wünsche Ihnen noch einen schönen Tag. In welchem Tempo geht es jetzt weiter für Sie?