

Zeit für mich!

www.fuersie.de | € 2,60  
Österreich € 2,80 | Schweiz sfr 5,10



# FÜRSIE

06 | 2014 17. FEBRUAR

24 Seiten  
Living-EXTRA

2 Hefte = 1 Preis



88  
WOHN-IDEEN  
für den Frühling

• Farb-Trends • Neue Accessoires  
• Die besten Stauraum-Ideen

Vegan statt Botox  
Essen Sie sich jünger!

Die neuen Kreuzfahrten für  
Musikfans, Gourmets, Aktive  
Ab aufs Traumschiff!

Kräuter-Power zum Trinken  
Wunder-Smoothie  
für mehr Energie

MEIN GLÜCKS-COACH

Die 7 Schlüsse  
zu einem  
guten Leber





Mein  
GLÜCKS-  
COACH

# Die 7 Schlüssel zu einem guten Leben

Was ist Glück? Wenn alles glatt läuft oder man sich für einen eigenen, persönlichen Weg entscheidet? Mit sich im Reinen sind Menschen, die eine Haltung haben – auch in schwierigen Zeiten

TEXT: NICOLE EHLERT







Maren Westphal (41) aus Hamburg berät als Coach Frauen in Sachen Selbstmarketing ([www.female-branding.de](http://www.female-branding.de)). Für den gewagten Schritt in die Selbstständigkeit verzichtete sie auf eine sichere Anstellung als Marketingleiterin

## Neugierig bleiben

Eines Tages konnte ich der Frage an mich selbst nicht mehr ausweichen: „Kannst du dir vorstellen, die nächsten 25 Jahre so weiterzumachen?“ Nein, das konnte ich nicht. Wirklich warm war ich als Hamburgerin mit Innsbruck nie geworden. Aber die Stelle als Marketingleiterin bei einem internationalem Start-up der Firma Swarovski war gut bezahlt. Ich hätte mir eine ähnliche Festanstellung in Hamburg suchen können. Aber war nicht jetzt die Gelegenheit, mich selbstständig zu machen? Unterschwellig träumte ich schon lange von einer freieren Zeiteinteilung, mehr Unabhängigkeit und neuen Impulsen.

Der Sprung vom Vollzeitjob ins eigene Unternehmen 2012 war krass. Ich hatte nur meine Idee – Frauen in Sa-

chen Eigen-PR zu coachen – und mein Marketing-Know-how. Jetzt galt es zu funktionieren. Es waren zwei harte Jahre, aber ich habe den Schritt nicht bereut. **Nie hätte ich sonst so viele inspirierende Menschen kennengelernt, so viel Neues gelernt.** Das Feedback meiner Klientinnen motiviert mich. In schwierigen Momenten mache ich mir klar, wie unzufrieden ich geblieben wäre, wenn ich es nicht versucht hätte. Stillstand macht mich träge. 2008 habe ich übrigens schon einmal eine Top-Festanstellung aufgegeben, um ein halbes Jahr zu reisen. Dass ich anschließend sofort wieder einen Job fand, hat mein Selbstvertrauen gestärkt und mir fürs zweite Mal Mut gemacht. Es wird bestimmt nicht die letzte Veränderung in meinem Leben gewesen sein.