



FOTO: PRIVAT

Yvonne Kurz hat sich 2019 selbstständig gemacht.



Yvonne Kurz, KOPFSTAND, Ulm Coaching mit Köpfchen

KOPFSTAND – so heißt das Unternehmen der Ulmerin Yvonne Kurz. Die Betriebswirtin, die lange im Vertrieb gearbeitet hat – auch als Vertriebsleiterin im Bereich Sport und Schuhe – hat 2019 den Schritt in die Selbstständigkeit gewagt: „Mit meinem Kind haben sich die Prioritäten verschoben, ich wollte nicht mehr so lange arbeiten und so viel unterwegs sein. Ich habe eine Coaching-Ausbildung gemacht – zunächst ganz für mich. Die Selbstständigkeit hatte ich dabei noch nicht im Kopf, das hat sich entwickelt. Und jetzt lässt sich das Rad nicht mehr zurückdrehen. Das ist das, was ich machen will, das ist sinnhaft.“

In den letzten Jahren hat die 46-jährige Mutter einer Tochter neben ihrem Beruf 22 Fortbildungen in den Bereichen Coaching, Entspannung und Massage absolviert. „Wann habe ich das alles gemacht? Wann habe ich geschlafen?“, fragt sie lachend. Im Rückblick ist sie stolz auf ihre Leistung. Vier Jahre dauerte es bis zur Selbstständigkeit.

Entspannung, Gesundheit, Coaching

Ihr Angebot umfasst Kinderyoga, das sie privat und an Schulen anbietet: „Das Kinderyoga stand am Anfang. Über die Kinder kamen die Eltern zum Yoga. Dann habe ich überlegt: Wie baue ich das aus?“ Die Zielgruppe der Jugendlichen wiederum möchte sie mit Meditation und Coaching bei Problemen erreichen.

Im Moment hat Yvonne Kurz viele Privatkunden, auf lange Sicht möchte sie mehr Unternehmen als Kunden gewinnen und das Angebot speziell für Firmen ausbauen. Für Firmenkunden bietet sie Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) an: „BGM habe ich deshalb im Angebot, weil ich selbst in einer Führungsposition war. Ich kenne die Belastungen einer Sandwichposition, die Mobbingthematik. Durch die Schnellebigkeit wird der Druck höher. Viele Menschen sind allein,

haben keinen Austausch. Sie bleiben länger in der Arbeit, machen Überstunden: Und das ist eine Belastung“, stellt Yvonne Kurz fest. Ihr Konzept sieht vor, dass Firmen das BGM individuell auf ihr Unternehmen abstimmen können. Es beinhaltet drei Bausteine: Coaching, Entspannungskurse – zum Beispiel Meditation, Yoga, autogenes Training oder progressive Muskelentspannung – und Massage. Wichtig ist ihr, dass die Mitarbeiter sie beim Coaching als unabhängige Vertrauensperson sehen: Besprochene Themen bleiben vertraulich. Yvonne Kurz arbeitet konzeptionell; alles, was sie ihren Kunden sagt und mitgibt, hat sie selbst schon ausprobiert: „Ich möchte authentisch sein. Ich habe mein Wissen nicht nur aus Büchern, ich muss Dinge selbst ausprobieren, um sie weiterzugeben.“

Für die Zukunft plant Yvonne Kurz, noch mehr Workshops zu geben, etwa zu den Themen Eigenverantwortung und Nachhaltigkeit mit sich selbst. Zudem möchte sie im Bereich Kinderyoga andere schulen und ausbilden. Perspektivisch möchte sie ihr Angebot nicht nur auf Ulm begrenzen, sondern auch über die Grenzen von Ulm hinaus anbieten: „Da kommt die Vertrieblerin in mir wieder durch“, sagt sie lachend.

Dass ihr Konzept nicht aufgehen könnte, da hat sie keine Bedenken: „Ich stecke so viel Herzblut hinein, das klappt! Ich finde es spannend, was noch so kommt. Ich bin offen für Neues und nehme die Dinge so an, wie sie kommen.“ Im Rückblick war die Selbstständigkeit die richtige Entscheidung für Yvonne Kurz: „Ich möchte nicht mehr zurück. Ich kann ohne fremden Druck arbeiten, ich kann besser und eigenständig arbeiten und eigene Entscheidungen treffen. Ich bin für mich selbst verantwortlich, und das ist das, was ich schon immer wollte.“

Lorena Grüner

www.kurz-kopfstand.de



Ausgezeichnet

FamilyNET 4.0 Award für Uzin Utz



Uzin Utz hat den familyNET 4.0 Award für eine herausragende Unternehmenskultur in der digitalen Arbeitswelt erhalten. Staatssekretärin Katrin Schütz und Stefan Küpper, Geschäftsführer des Bildungswerks der Baden-Württembergischen Wirtschaft e. V. und der Arbeitgeber Baden-Württemberg, zeichneten das Unternehmen für seine besonders innovativen und nachhaltigen Angebote und Maßnahmen aus. Der Aufsichtsratsvorsitzende H. Werner Utz nahm den Preis entgegen (im Bild).

www.uzin-utz.com

WITec ParticleScout gewinnt einen Analytical Scientist Innovation Award

ParticleScout, ein neues Softwaretool von WITec für die Mikropartikelanalyse, ist bei den Innovation Awards 2019 von der Fachzeitschrift The Analytical Scientist als eine der innovativsten wissenschaftlichen Produktneuheiten des Jahres 2019 ausgezeichnet worden.

www.witec.de

FOTO: UZIN UTZ AG

