



Camilla Fischbacher, 44, leitet mit ihrem Mann das Schweizer Familienunternehmen Christan Fischbacher, das seit 200 Jahren Heimtextilien herstellt und für seine luxuriöse Bettwäsche bekannt ist ([www.fischbacher.com](http://www.fischbacher.com))

SERIE:

## Dafür liebe ich meinen Job!

### Worauf sind Sie stolz?

Auf unsere Recycling-Kollektion „Benu“. Die Idee dahinter ist, dass aus gebrauchten Materialien wie PET-Flaschen hochwertige Einrichtungsstoffe entstehen. Für die Umsetzung haben wir schon einige Preise bekommen.

### Was war Ihre bisher größte berufliche Herausforderung?

Die Einführung von genau dieser Kollektion. Sie hat den Look unseres Unternehmens nachhaltig verändert.

### Was raten Sie anderen Frauen, die in eine Position wie Ihre streben?

Ihre Visionen zu verfolgen, auch wenn es manchmal schwierig erscheint und man auf Widerstand trifft.

### Wie werden Sie morgens wach?

Schlecht. Ich bin ein Morgenmuffel. Zum Glück werde ich von meinem Mann Michael mit einer Tasse Tee geweckt, die er mir ans Bett bringt. Eine unverzichtbare Tradition!

### Was raubt Ihnen nachts den Schlaf?

Fast nichts. Ich lese mich in den Schlaf, das funktioniert ganz gut.

### Wie schalten Sie ab?

Am liebsten im Kreise meiner Familie, bei guten Gesprächen am Kamin.

## ZWEI FRAGEN ZU MEINEM JOB

**Gehen oder bleiben, sprechen oder schweigen – die emotion-Experten geben jeden Monat professionellen Rat**

**Ich schiebe schwierige Aufgaben auf, obwohl ich in zeitliche Bedrängnis komme. Wie kann ich mich disziplinieren?**  
*Petra, Lehrerin, Hamm*

**D**isziplin kann man lernen, allerdings nicht von heute auf morgen. Es braucht drei bis vier Wochen, bis sich die neuronalen Verbindungen im Gehirn bilden, um eine Verhaltensänderung zum Automatismus werden zu lassen. Üben Sie sich also täglich im Nicht-Aufschieben, zum Beispiel, indem Sie benutztes Geschirr sofort in die Spülmaschine stellen oder das Auto rechtzeitig betanken. Es wird Ihnen zunehmend leichter fallen, Dinge gleich zu tun. Am Arbeitsplatz empfehle ich Ihnen: Setzen Sie sich feste Termine für die Bearbeitung eines Projekts, vor dem Sie sich am liebsten drücken würden. Zerlegen Sie es in überschaubare Abschnitte. Tragen Sie realistische Zeitfenster in Ihren Kalender ein und nehmen Sie diese Termine ernst! Wenn Sie sich dann noch für jeden „Etappensieg“ belohnen, wird die Aufschieberitis bald Vergangenheit sein.

**Es antwortet: Andrea Dennes, Coach für Potenzialentwicklung und Kommunikation. Sie ist Teil der emotion-Coaching-Datenbank.**

**Ich bin ehrgeizig, habe klare Karriereziele. Oft habe ich das Gefühl, dadurch wenig sympathisch zu wirken. Warum?**  
*Mara, Juristin, Berlin*

**G**rundsätzlich geht es auf dem Weg nach oben weniger darum, Sympathiepunkte zu sammeln als glaubwürdig und überzeugend sein Bestes zu geben. Nach meiner Erfahrung ist es nicht die Zielstrebigkeit, die im beruflichen Umfeld negativ auffällt. Das passiert erst, wenn Ehrgeiz mit Scheuklappen einhergeht, also vor lauter Sachlichkeit das Verbindliche auf der Strecke bleibt. Das irritiert – und missfällt – vor allem Männern an karrierebewussten Frauen. Es ist normal, dass im Zuge eines Aufstiegs Privatgespräche mit Kollegen, mit denen man vielleicht vorher auf gleicher Ebene war, seltener werden. Das heißt aber nicht, dass für freundliche Umgangsformen, Menschlichkeit und Small Talk ebenfalls kein Platz mehr ist. Nehmen Sie sich dahingehend selbstkritisch unter die Lupe. Eventuell kann es sogar richtig sein, einem Teammitglied, dem Sie vertrauen, offen Ihren Eindruck zu schildern („Ich spüre eine wachsende Distanz“), um Selbst- und Fremdbild abzugleichen.

**Es antwortet: Sibylle Stauch-Eckmann, Geschäftsführerin der Helios-Endo-Klinik in Hamburg. Sie ist Teil des Mentorinnen-Netzwerks von emotion.**



### JOBFRAGEN

Welche Frage bewegt Sie? Schreiben Sie an [jobfragen@emotion.de](mailto:jobfragen@emotion.de). Erfahrene Business-Coaches finden Sie auch immer in unserer Coach-Datenbank: [www.emotion.de/coaching](http://www.emotion.de/coaching)