SheDrivesMobility - Anastasia Umrik

Katja (0:03)

She Drives Mobility. Der Podcast mit Katja Diehl zum Thema Mobilitätswandel, Diversität und New Work.

Katja (0:12)

Ja, hallo. Eine neue Folge von She Drives Mobility. Ich bin in einer Ecke von Hamburg, wo ich noch nie war. Und hierhin gelockt hat mich die Anastasia. Und wir haben gerade im Vorgespräch so ein bisschen gesprochen. Sie war etwas erstaunt, dass ich mit ihr über Mobilität reden möchte, weil sie natürlich in dem Bereich so nicht die Expertin ist, sondern andere Schwerpunkte hat. Aber ich finde wichtig, dass alle mitgenommen werden in der Mobilität. Also nicht nur diejenigen, die viel Geld haben oder sich bestimmte Dinge leisten können oder halt auch normal, wie auch immer man normal bezeichnen will, unterwegs sind. Und deswegen freue ich mich total, weil ich verfolge Anastasia bei Twitter schon sehr fleißig, weil ich ihre Themen auch total spannend finde. Anastasia, jeder, der dich nicht kennt ... stell du dich doch mal vor, wer bist du eigentlich?

Anastasia (0:57)

Ja, hi Katja, das ist immer das Schwierigste für mich, mich kurz vorzustellen. Also ich bin Anastasia, ich wohne in Hamburg, Rothenburgsort heißt die Ecke, genau. Und ja, ich arbeite als Coach und berate Menschen, die in ihrem Leben was verändern wollen.

Ab und zu stehe ich auf Bühnen und erzähle über Lebenswandel und Mut und die ganzen Herzensthemen, also Herzensangelegenheiten. Mobilität ist dennoch für mich ein sehr, sehr wichtiger Faktor in meinem Leben. Unter anderem, weil ich mit einem Rollstuhl unterwegs bin und einfach besondere Anforderungen habe und einen speziellen Blick auf Mobilität und Freiheit habe. Mobilität ist für mich halt einfach Freiheit.

Katja (1:49)

Und da wir ja ein Hörbuch machen sozusagen, schildert doch mal bitte, was ist das für ein bestimmter Rollstuhl, den du jetzt hast? Also was wiegt so ein Ding überhaupt und wie wird es angetrieben?

Anastasia (2:00)

Ich habe einen elektrischen Rollstuhl, der wiegt ungefähr 180 Kilo. Also wirklich 1,8,0. Die wundern sich immer am Flughafen, wenn ich einchecke, die sagen immer „1,8,0 oder 1,1,8?“ Also 180 plus mein Gewicht, also ungefähr 50 Kilo. Ist auch egal. Und genau, der Rollstuhl ist sehr, sehr schwer. Ich kann nicht einfach nur mal eben eine Stufe hoch. Also ich sage immer, ich bin für Freiheit und ich bin ein freier Mensch, solange keine Bordsteine da sind, dann komme ich auch an meine Grenzen. Und ja, ich bin einfach angewiesen auf funktionierende Fahrstühle, auf Busse, die eine Rampe haben, die auch funktionieren. Dass die S-Bahn oder U-Bahn zugänglich ist. In Hamburg ist die U-Bahn nur bedingt zugänglich. S-

Bahn ist tatsächlich besser. Und Autos natürlich auch. Aber das weiß ich mir bestimmt noch nicht.

Katja (3:07)

Ja genau, also ich habe unter anderem das Gespräch ja mit dir gesucht, weil jetzt ja die Mobilität auch datengetrieben wird. Will heißen, es kann auch so Produkte geben wie Ridepooling, wo man ja eigentlich nur das Fahrzeug ändern muss. Aber wie organisierst du denn deine private Mobilität? Wie muss man sich das vorstellen?

Anastasia (3:27)

Also ich versuche, so weit es geht, immer mit dem Bus in Hamburg unterwegs zu sein. Aber teilweise bedeutet es einfach, dass ich, weil ich nicht mit der S-Bahn oder U-Bahn fahren kann, wenn die Fahrstühle nicht gehen oder was auch immer, dass ich tatsächlich manchmal eineinhalb Stunden unterwegs bin von Rothenburgsort nach Altona, weil ich einfach Umwege fahren muss. Ich muss dann über die Innenstadt fahren und von der Innenstadt aus weiterfahren und, und, und. Also manchmal bin ich einfach mit dem Bus so lange unterwegs, als würde man mit dem ICE nach Berlin fahren. Und ja, also trotzdem versuche ich das meistens zu nutzen und alles, was im Innenstadtbereich liegt, mache ich das auch so. Ansonsten habe ich tatsächlich einen Pkw und das muss ich dann auch. Das ist leider ein Dieselfahrzeug, muss ich zugeben, aber es bedeutet für mich halt Freiheit.

Katja (4:26)

Und wenn du jetzt so als Speakerin zum Beispiel unterwegs bist, dann musst du ja auch mal in andere Städte. Ist dir da schon mal irgendwas passiert, wo du gemerkt hast, wie einschränkend Mobilität manchmal auch in fremden Städten sein kann, wo man sich nicht so gut auskennt?

Anastasia (4:38)

Ja, ich erinnere mich tatsächlich an einen Vortrag in Würzburg. Da wurde mir dann der Tipp gegeben, fahren Sie mal lieber nicht so viel Bus hier. Die Busfahrer sind hier furchtbar und die Leute lassen Sie auch nicht in den Bus. Und ich habe erst mal gedacht, naja, ist halt Quatsch und das glaube ich nicht. Und das war schon speziell. Also tatsächlich war das schwierig in Würzburg, obwohl die Busse eigentlich zugänglich waren. Da hatten die einfach irgendwie keine Lust darauf, dass ich das nutze. Und ja, also mit der Deutschen Bahn kann man schon fahren, wenn es denn funktioniert. Aber offiziell funktioniert es so. Aber in den anderen Städten sind die Standards eigentlich nicht so wie in Hamburg oder Berlin.

Katja (5:31)

Und wenn du dich durch eine Stadt bewegst, also jetzt mal, ich frage einfach dumm, weil ich mich ja auch nicht auskenne, wie lange kannst du fahren? Also was für eine Reichweite hat ein Rollstuhl auch? Musst du das ein bisschen im Blick behalten? Und kommst du so über normale Bordsteinkanten oder wie muss man sich das so vorstellen?

Anastasia (5:50)

Also wie lange der fahren kann, kann ich dir gar nicht sagen. Ich habe ihn noch nie leer gefahren. Über Bordsteine kann ich überhaupt nicht fahren, außer es sind kleine Stufen wie in der HafenCity. Obwohl die HafenCity ja neu gebaut wurde, gibt es überall Bordsteine. Die beste Stadt ist ja Barcelona. Da muss ich kurz Werbung machen. Die ist wirklich total ebenerdig und perfekt für mich. Aber auf jeden Fall versuche ich immer in der Nähe von dem Ort, wo ich hin muss, zu parken, damit die Wege nicht so lang sind, zu dem Ort, wo ich hin muss, weil mich die Wege dorthin meistens schon ermüden, weil die auch nicht perfekt gepflastert sind. Das ist zwar ein anderes Thema als Mobilität, aber ich achte einfach auf so viele Faktoren. Wenn ich losgehe, ins Auto steige, wie komme ich ins Auto, wo komme ich überhaupt runter? Ich bin im Auto. Wo kann ich dort vor Ort parken? Komme ich da am Bordstein hoch? Ist das Café oder die Location, wo ich hin muss, zugänglich für mich? Gibt es hier Toiletten? Wie kann ich das hier organisieren? Okay, wenn ich das alles weiß: super! Ja, und genau, das sind so meine Herausforderungen. Also das empfinde ich nicht als schwer, einfach weil ich es immer mache. Ich habe einfach so einen Blick schon dafür. Aber wenn man das alles aufschreiben würde, was ich alles mit berücksichtige, ist das echt viel.

Katja (7:28)

Gibt es denn da Hilfsmittel? Also gibt es eine Community bei euch oder sammelt ihr da Informationen? Weil, das ist ja sonst immer

wieder eine mega Recherche, die du jedes Mal machen musst, wenn du woanders hin musst.

Anastasia (7:40)

Also es gibt ja die App Wheelmap, die ganz hilfreich ist, aber, weißt du, die Behinderung ist nicht gleich Behinderung. Ein Rollstuhl ist nicht gleich ein Rollstuhl. Jeder hat so unterschiedliche Ansprüche. Die einen brauchen extra große Toilette, die anderen brauchen extra niedrige Tische, die anderen wiederum brauchen, weiß ich nicht, spezielles Licht vielleicht, ich hab keine Ahnung. Die Ansprüche sind einfach so unterschiedlich, die kannst du gar nicht sammeln, die Daten. Ich glaube, es ist tatsächlich einfach überlegen und auch den Mut haben, Dinge auszuprobieren und gucken: na, das wird schon gehen. Und immer am Ende, weißt du, am Ende geht es ja auch immer irgendwie.

Katja (8:27)

Und im Verlauf deines Lebens, wenn du jetzt zurückguckst, hat sich deine Mobilität verändert? War das immer gleich oder hast du da auch verschiedene Phasen durchgemacht?

Anastasia (8:37)

Ich kenne die Phasen der Extremabhängigkeit. Und das sind die schlimmsten Phasen gewesen, wenn der ... als hier noch der Bus, die Metrobusse in Hamburg nicht nachts durchgefahren sind, sondern nur die S-Bahn nach Hause gefahren ist. Der Fahrstuhl ist aber ... also den gibt es hier nicht. Und als ich noch jünger war, war

ich ab und zu feiern. Und da musste ich einfach die Nacht durchmachen oder gar nicht erst losgehen, weil ich einfach nicht nach Hause kam. Also solche Probleme hatte ich. Oder wenn ... früher waren es in Hamburg ja elektrische Rampen bei den Bussen. Heute sind das ja ausklappbare, also manuelle. Und als die noch elektrisch waren, waren die wirklich kaputt. Und teilweise habe ich vier, fünf Busse verpassen müssen, weil die kaputt waren, ich nicht in den Bus kam. Das sind schon Situationen, da überlegst du, was mache ich denn mit der freien Zeit? Also jaja, kannst du halt ein Buch lesen an der Haltestelle. Damals hatte ich ja noch nicht so das Handy und das Internet war noch nicht so weit und ja, das sind Situationen von Abhängigkeit.

Katja (9:55)

Und insgesamt, wie organisierst du deinen Alltag? Also hast du Hilfe? Wie muss man sich das vorstellen, wie du das so organisierst?

Anastasia (10:04)

Also ich lebe mit einer 24-Stunden-Assistenz, die mich auch begleitet, die auch das Auto fährt oder mich im Bus begleitet und die Rampe ausklappt. Wobei die anderen Menschen, die in meiner Umgebung sind, auch mir meistens helfen. Also ich kann mich nicht beschweren. Die Menschen sind meistens nett zu mir. Das heißt, ich bin organisatorisch gut aufgestellt. Und genau das hatte ich früher eben auch nicht. Das heißt, ich musste viel mehr Kontakt aufnehmen zu fremden Menschen. Jetzt habe ich ein bisschen

mehr Freiheit einfach aufgrund der Assistenz und bin einfach freier.

Katja (10:49)

Freiheit, was den Bewegungsgrad angeht, ja, aber es heißt ja auch ein Stück weit, dass es wenig Privatheit gibt, oder? Also wie geht man damit um, wenn da immer jemand ist? Nur dass man sich das einfach mal vorstellen kann.

Anastasia (11:01)

Na, da müssen wir jetzt aber sprechen, was Privatheit bedeutet. Für mich, und ich glaube, das können vielleicht wenige Menschen nachvollziehen, aber für mich ist Privatheit meine Gedanken, weißt du, und meine Gedanken, da entscheide ich, wer sie bekommt und wer nicht. Und das finde ich schön, und das ist für mich auf eine vielleicht absurde Art und Weise aber eine Freiheit. Ich teile nur das mit, was ich möchte, und alles andere, ganz ehrlich, also ob die Leute jetzt wissen, wo ich hinfahre oder nicht, also ganz ehrlich, also, weißt du, die anderen Leute posten das auf Instagram, Facebook und Twitter, wo die sind, aber bei mir wissen das halt die Assistenten, also, worüber sprechen wir, ne? Also, eigentlich ist es dann doch eigentlich auch egal.

Katja (11:48)

Und dann kommen wir doch mal zu der Anastasia einmal als Coach. Was für Dinge machst du denn? Wer sind so deine Klienten und was möchtest du gerne mit denen erreichen?

Anastasia (11:56)

Also meine Herzensthemen sind einfach, dass Menschen, wenn die fühlen, dass irgendwas nicht stimmt, sei es in ihrem Beruf oder in ihrem privaten Umfeld, dass sie morgens aufwachen und denken, ich würde gerne anders leben, ich würde gerne woanders arbeiten oder ich würde gerne anders die Dinge auch sehen. Aber ich weiß einfach nicht, wo ich mit dieser Baustelle, das fühlt sich ja immer wie eine Baustelle an, wo fange ich an? Was ist eigentlich genau das Problem? Bei mir war vor ein paar Jahren noch immer dieses Gefühl von ... ich war immer melancholisch, weißt du, ich habe irgendwann gedacht, ich brauche die Melancholie, um kreativ zu sein. Ich brauche diese Tiefe, um überhaupt irgendwie Projekte machen zu können. Und irgendwann habe ich gedacht, Mann, ich habe so keine Lust. Ich bin jetzt über 30 und ich habe echt keinen Bock mehr, immer diese Melancholie zu haben und immer mich in diesem Schmerz, der überhaupt nicht definiert ist, zu suhlen. Und dann habe ich angefangen, selber aufzuräumen, diese Baustelle, und habe wirklich jeden Bereich für mich angeguckt. Das hat gedauert und war eine intensive Zeit. Und seitdem geht es mir besser. Also ich kann wirklich aus der eigenen Erfahrung sagen, es ist möglich. Ja, und als Coach ist mir einfach ein Anliegen, den Menschen, denen das so ähnlich geht, die einfach eine Sehnsucht haben nach einer Leichtigkeit ... also ich bin jetzt nicht so jemand, der sagt, carpe diem und alles ist cool und alles easy und mach, was du willst; wir können nicht alles machen, was wir wollen, wir sind ein Teil des Systems. Wir sind auch gefangen in bestimmten Mobilitätsformen,

ja, vielleicht. Aber im Rahmen der Möglichkeit, wie können wir das, was jetzt möglich ist, bis zum Gehn nicht mehr ausschöpfen. Und das ist so mein Ziel mit den Menschen zu erreichen.

Katja (14:01)

Und wenn du als Speakerin gebucht wirst, welche Themen treiben dich da um? Was willst du da deinem Publikum weitergeben?

Anastasia (14:09)

Also auch da ist es tatsächlich so, dass ich meistens so als Inspirationsspeakerin gelte. Eigentlich stelle ich mich hin und erzähle meine Sicht auf die Dinge. Es kann Verschiedenes sein, sei es zum Thema Freiheit, zum Thema wie packe ich meine Themen an oder wie möchte ich eigentlich leben, worum geht es, Beziehungen sind auch Thema, aber auch Mitarbeiterführung. Also weil ich eben meinen Alltag komplett selbstständig organisiere und bei mir 6 bis 8 Personen arbeiten und ich alles komplett selbst manage. Das heißt, ich führe auch Mitarbeitergespräche, Feedback, auch Kündigungen, aber auch positive Gespräche natürlich auch, Motivation, Anerkennung. Wie kann ich Dinge kommunizieren, dass ich das bekomme, was ich brauche, was ich will, was auch nötig ist und kann trotzdem den Menschen, meiner Mitarbeiterin das Gefühl geben, dass sie die perfekte Frau für mich ist. Und das ist nicht leicht. Also ich mache das jetzt seit 10 Jahren und ich lerne immer noch. Aber Mitarbeiterführung ist ein sehr spannendes Thema und am Ende geht es einfach immer wieder um Kontakt, Beziehung und Kontakt, egal zu wem, egal zu was, Kontakt.

Katja (15:38)

Und wie hast du dir neben allem Empathischen, was bei dir auch immer so durchscheint, sozusagen die Kenntnisse auch angeeignet? Also man muss ja auch erstmal mal reflektieren. Ich muss immer so ein bisschen schmunzeln, wenn es heißt, Führen in Teilzeit ist nicht möglich. Weil ich sage, jeder führt in Teilzeit, weil wir alle noch genug andere Sachen zu tun haben. Also eigentlich ist Führen, keiner macht das 100 Prozent. Aber wo hast du da deine Inspirationen? Oder gibt es Menschen, wo du sagst, die kommen mir sehr nah mit dem, was ich so auch machen möchte? Wo nimmst du das her?

Anastasia (16:09)

Also, in den ersten Jahren war das so, dass ich viel Kritik einstecken musste. Also ich bin mit 21 Jahren ausgezogen, ich habe vorher bei meinen Eltern gelebt. Und meine Eltern konnte ich natürlich nicht so managen wie fremde Menschen. Das heißt, ich konnte dann nicht sagen, Mama, ich hätte das gerne anders und Papa, so bitte nicht. So, und auf einmal war ich in einer eigenen Wohnung und musste fünf neue fremde Menschen managen. Ich musste denen sagen, wie ich die Wohnung haben möchte, wie sie mich anfassen sollen, wie sie mir helfen müssen. Und da habe ich erst mal viel Kritik eingesteckt. Und sei es, dass ich nicht klar kommuniziert habe, sei es, dass ich manchmal kaputt war, müde war, gereizt war. Und dann habe ich mir wirklich überlegt, okay, so läuft es nicht. Ich möchte auch nicht diese Stimmung permanent in meiner Woh-

nung haben, in meinem Unternehmen. Meine Wohnung ist mein Unternehmen. Wie kann ich was ändern? Und ich habe erstens angefangen, Feedback ernst zu nehmen. Das war das Allererste. Das heißt, wenn die Mitarbeiter mir sagen, du, du bist morgens immer so ein bisschen grumpy. Gut, ich bin morgens grumpy. Dann habe ich offen angefangen, das zu kommunizieren. Wenn ich jemanden eingestellt habe, habe ich gesagt, nur damit du Bescheid weißt, ich bin morgens grumpy. Das seitdem war es nie wieder Thema, weil die Person wusste, sie hat mich gewarnt. Das war so mein erster Aha-Moment. Aber wenn ich das vorwegnehme, kann ich nicht mehr kritisiert werden oder weniger. Und also Feedback ernst nehmen. Ich habe natürlich auch angefangen, umzugucken, wie machen das denn echte Manager? Ich habe lange auch gar nicht wahrgenommen, dass ich eine echte Managerin bin. Das, was ich tue, ist echt. Nichts anderes machen die in Unternehmen auch. Sogar noch viel, viel mehr mache ich hier. Und dann habe ich angefangen zuzuhören, worüber reden, Kommunikation. Und am Ende ist immer alles Kommunikation und auch die Schwäche zeigen, dass man auch manchmal kommuniziert und sagt, du, ich bin gerade echt, ich bin gerade echt voller Angst und ich weiß nicht, damit umzugehen. Das empfinden die Mitarbeiter als eine Stärke. Ja, und ich habe immer gelernt, gelernt, gelernt und Feedback, Feedback, Feedback. Ja!

Katja (18:40)

Und wenn du mit den Leuten arbeitest oder auch deine keynotes hältst, was sind so die Aha-Momente für die Menschen, mit denen du da in Kontakt trittst?

Anastasia (18:51)

Na, weil die natürlich von mir viel lernen können. Wie kann man Dinge kommunizieren, wenn nur der Kopf sozusagen arbeitet? Ich kann nicht eben sagen, du, ich mach das jetzt mal schnell selbst, weil, ich hab natürlich auch immer das Gefühl, ich kann das besser als die anderen, das ist natürlich klar. Wahrscheinlich kannte ich das auch besser. Aber wie kann ich meinen Raum halten, die Ruhe bewahren und die anderen trotzdem machen lassen? Wie kann ich mein Flexibilitätsradius sozusagen erweitern? Denn wenn ich flexibel bleibe innerlich, ist meine Zufriedenheitsquote höher. Und wie kann ich meine Seele oder meinen Kopf, kannst du ja nennen, wie du willst, so dehnbar halten, dass meine Zufriedenheit mit den Mitarbeitern wächst? Und ich glaube, das sind so alles Themen, wo andere sagen, ach, so hab ich das noch nie gesehen. Und ich beschäftige mich einfach seit 10 Jahren damit, weil mich permanent fremde Menschen auch berühren. Ich muss sie an mich ranlassen. Und es sind einfach neue Situationen. Und wenige Menschen sprechen darüber, weil es wenige Menschen gibt, die so ein Leben führen wie ich.

Katja (20:14)

Und wo hast du für dich in deiner jetzt zehnjährigen Erfahrung am meisten das Gefühl, dass noch ein Riesen-Aufholbedarf, also gera-

de was Führungsarbeit oder Ähnliches angeht, da ändert sich ja auch gerade viel. New Work ist jetzt auch mal wieder so ein Begriff, kann man darunter fassen, was man möchte, aber das sind ja manchmal so Bubbles und Blasen, wo nicht viel von übrig bleibt und ich finde, manchmal helfen solche Buzzwords auch nicht, weil sie sehr einengend sind. Wo siehst du die größten Bedürfnisse? Was muss auf jeden Fall in Führung sich ändern?

Anastasia (20:51)

Ich glaube, in der Führung muss sich ändern, überhaupt der Begriff von Führung. Also was bedeutet Führung überhaupt? Also, was du vorhin gesagt hattest, im SUV sitzt man immer ein bisschen höher. Und ich habe das Gefühl, dass die Führungskräfte denken, die sitzen höher. Und das glaube ich nicht. Und gleichzeitig halte ich nichts davon, dass man sagt, wir sind alle total eins und wir sind hier alle total hip und cool miteinander. Denn Führung bedeutet auch, ich übernehme die Verantwortung für die Führung, für meine Mitarbeiter. Und wie bekomme ich den Draht so hin, dass sich eine Führung nicht nach Führung anfühlt und trotzdem aber alles funktioniert? Und das ist, glaube ich, der Clou an der ganzen Sache, dass ich mir meiner Position bewusst bin als Führungskraft, es aber nicht raushängen lasse und immer wieder sage, du pass mal auf, du bist aber meine Mitarbeiterin und ich habe hier das Sagen. Dass ich das Sagen habe, ist doch klar. Das ist hier nämlich mein Unternehmen. Natürlich habe ich das Sagen. Und wenn ich das selber weiß und fühle, dann muss ich es auch nicht immer wieder raushängen lassen. Also ich glaube, ganz blöd gesagt, brauchen

Führungskräfte auch echt mehr Selbstbewusstsein. Denn Menschen, die selbstbewusst sind, haben es nicht nötig, andere klein zu machen. Und das ist die ganze Sache mit der New Work. Meine Meinung, wirklich.

Katja (22:32)

Ja, manchmal ist das Simpelste das Schwerste irgendwie auch. Also ich kann mir auch vorstellen, dass Leute erst mal irritiert sind, weil sie deine optische Limitierung sehen. Du aber, wie du eben so schön gesagt hast, einen sehr dehnbaren Kopf hast, also sehr stark in der Lage bist, dich vielleicht auch in andere rein zu versetzen. Also merkst du auch, dass du manchmal Hemmschwellen abbauen musst, wenn Menschen dir begegnen, also dass wir es einfach auch nicht gewöhnt sind, in einer diversen Welt zu leben und immer irgendwie die gleichen suchen, um es möglichst einfach zu haben?

Anastasia (23:02)

Also ich spüre, wenn Menschen Respekt davor haben oder sogar Unsicherheiten haben. Und als ich noch jünger war oder unerfahrener, sagen wir es mal so, dann hatte ich immer das Gefühl, ich muss jetzt was übernehmen. Wenn ich z.B. gespürt hätte, dass du hier reingekommen bist und unsicher wärst. Und dann hätte ich vielleicht so ganz besonders lustig sein müssen oder yeh, mach dir keinen Kopf, alles cool und so. Und damit habe ich aufgehört. Ich habe für mich die Verantwortung übernommen und gesagt, hey, das bin ich. Ich bin sichtbar. Ich mache mich sichtbar. Und was die anderen damit machen, ist nicht meine Verantwortung. Und wenn

die anderen spüren, oh, ich bin jetzt aber unsicher, dann müssen sie an ihrer Unsicherheit arbeiten. Es ist nicht mehr meine Aufgabe, etwas zu übernehmen, damit sie mich akzeptieren. Und ich glaube, auch da, wenn die spüren, ich werde mit meiner Unsicherheit angenommen und ich darf unsicher bleiben, dann, sie wird nicht auf einmal komisch, die Anastasia, wenn ich unsicher bin, dann entspannt sich die Gesamtsituation und auf einmal entsteht eine Lockerheit.

Katja (24:24)

Und ein Thema, was mich ja auch vorantreibt, da haben wir eben auch noch kurz vorab drüber gesprochen, ist ja auch, also dass Diversität vielleicht in der Mobilitätsbranche erstmal mit Frauen beginnt. Das geht dann natürlich noch viel weiter. Also die schwedische Bahn hat halt sechs Frauen und fünf Männer und dann schrieb halt jemand bei Twitter darunter All White. Also das ist ja dann der erste Schritt, den man machen muss. Danach geht es ja auch um Bildungshintergründe und verschiedene Ethnien. Wenn du jetzt so auf uns Frauen guckst und da ja auch vielleicht deine Erlebnisse so hast, was würdest du dir wünschen, wie wir diesen Wandel auch mitgestalten und auch die Verantwortung übernehmen? Weil es kann ja nur 50 Prozent der Männer ... auch da ist ja eine Quote sozusagen, sag ich immer. Die Verantwortung ist ja auch aufgeteilt. Was sind so deine Beobachtungen?

Anastasia (25:07)

Also meine Beobachtung ist, dass die Frauen sich gegenseitig nur bedingt unterstützen. Ich würde es mir anders wünschen, aber immer wieder komme ich an den Punkt, wo ich beobachte, dass Frauen sich gegenseitig dann doch runterhalten, um selbst aufrecht stehen zu können. Sei es, dass man abwertende Kommentare bringt oder sich gegenseitig nicht ernst nimmt oder sich nicht mit Kontakten unterstützt oder wie auch immer. Und da würde ich mir einfach wünschen, dass man sich - ja, weiss ich nicht - als eine Community begreift und nicht sagt, dir helfe ich und dir helfe ich nicht oder überhaupt helfe ich niemandem, weil mir hat auch keiner geholfen, sondern einfach sagt, hey, habe ich das nötig, jemandem nicht zu helfen, hilft es mir weiter? Denn meistens ... was soll eigentlich dieser Geiz immer mit der Energie? Weil ich glaube, gebündelte Energie, die nicht weitergetragen wird, mit Energie meine ich Unterstützung und einfach diese Offenheit für die anderen, das kann sich nicht verbreiten. Und ich glaube, da liegt irgendwas dahinter, spüre ich. Wenn die Frauen sich gegenseitig supporten würden, noch mehr, dann könnte das noch mehr in Wachstum gehen.

Katja (26:34)

Und ist das bei deinem Coaching auch Thema, solche Dinge? Also ich kann mir auch vorstellen, Wandel ist ja immer auch ein Stück weit Verunsicherung, weil man alte Pfade und gewohnte Pfade ja verlassen muss. Also das es vielleicht auch bei Männern zu Recht, finde ich auch, eine Irritation gibt, dass da sich jetzt was tut, weil sie ein bisschen gezwungen sind auch, sich mit einem Typus

Mensch, nämlich einer Frau auseinanderzusetzen, die vielleicht auch mal Chef werden kann. Also ist das bei all dem Coaching auch Thema? Erstens, mit der Diversität anders umzugehen, sie auch als Chance zu begreifen, denn Diversität ist ja erstmal anstrengend, weil man sich mit anderen Leuten auseinandersetzen muss. Und zweitens, was ist so dein Ratschlag, den du den Leuten dann gibst, wenn sie verunsichert sind?

Anastasia (27:17)

Also da muss ich sagen, dass Männer selten sich mit solchen Themen in meiner Bubble umgeben und befassen. Ich glaube, das empfinden viele als Gefahr. Oder aber sie haben es auch gar nicht nötig, sich damit zu befassen, weil die Frauen ja erst mal ihre Kämpfe untereinander austragen. Also das kommt ja noch gar nicht so in diese Dimension, dass die Männer sich so richtig damit befassen müssen. Ganz bisher natürlich allerdings schon. Meistens jedoch immer mit diesem Draufhauen, um die Frauen kleiner zu halten, um selbst wieder ... Also weißt du, die Laterne eines anderen ausmachen, damit man selbst heller scheint, davon halte ich gar nichts. Also das unabhängig vom Geschlecht oder irgendwas, das ist für mich ein Zeichen von Schwäche. Und da distanzieren ich mich auch immer von. Ich mach da einfach nicht mit. Trotzdem passiert es, und das finde ich einfach schade. Und ja, da glaube ich, muss man irgendwie daran arbeiten, dass die Lichter der Frauen nicht so einfach auszuknipsen sind.

Katja (28:27)

Total schönes Bild. Und abschließend, wenn du jetzt mal so schaust, würde ich dich mal auf zwei Visionen steuern wollen. Also einmal, wie würdest du die Vision von - wir sind jetzt hier in Hamburg, sagen wir mal: städtischer - Mobilität vorstellen. Also was ist etwas, wo du sagst, das würde ich mir wünschen, dass es umgesetzt wird oder dass man da ein bisschen besser drauf achtet?

Anastasia (28:51)

Also ich würde mir auf jeden Fall wünschen, dass ich auch so Carsharing machen könnte. Denn ich kann mir eigentlich so ein PKV, so ein Riesending, wie ich das auch brauche, einfach nicht leisten. Das möchte ich aber eigentlich auch gar nicht leisten. Denn für mich hat das nichts mit Statussymbol zu tun. Ich habe das nicht nötig. Ich will das eigentlich gar nicht. Muss ich aber haben. Denn zum Beispiel im Winter oder wenn es regnet, ist es für mich schon echt eine Hürde, mit den öffentlichen Verkehrsmitteln zu fahren. Meine Elektronik am Rollstuhl geht auch einfach kaputt und solche Sachen. Also und ich kann mit kalten Händen schlechter fahren und und und und. Also das heißt, Carsharing würde ich mir echt wünschen. Oder zumindest so ein blödes Taxi, was ich nicht drei Tage oder Wochen vorher buchen muss. Also ein bisschen mehr Flexibilität, dass man Leute wie mich auf dem Zettel hat und weiß, es sind nicht viele, die so diesen Anspruch haben, die so viel unterwegs sind, aber es gibt sie. Und es werden ja auch immer mehr. Also jetzt, ich bin noch jung, aber es werden immer mehr älterer Menschen auch sein. Was machen wir denn mit denen? Also die wird es ja geben. Was macht man denn mit denen? Ja.

Katja (30:11)

Und dann natürlich in einem anderen Bereich deiner beruflichen und Speakerinnen-Tätigkeit: Was wünschst du unserer Gesellschaft? Also was möchtest du mit deiner Arbeit vielleicht auch erreichen? Was sollte mehr eine Rolle spielen bei uns?

Anastasia (30:24)

Zusammenhalt! Ich bin total für eine offene, offenherzige Gesellschaft, Zusammenhalt. Ich bin nicht dafür, dass alle sich lieb haben. Ich bin nicht dafür, dass man in einen Raum kommt wie so ein Schwamm und sagt, hey, hallo, ich hab euch alle lieb. Das ist doch völliger Bullshit, das ist Quatsch. Es geht einfach darum, du bist da, irgendwie interessierst du mich nicht. Egal, ich lass dich jetzt einfach trotzdem sein. Diese angenehme Ignoranz, weißt du? Einfach nur, ah, okay, ja, du machst dein Ding, ich mach mein Ding. Und die Menschen, die man mag, wo man eine Verbindung spürt, die Verbindung zu stärken und noch mehr zu füttern und sich gegenseitig zu unterstützen, ja, das wünsche ich mir.

Katja (31:18)

Da strahlt die Anastasia richtig. Treibt die auf jeden Fall an. Das merkt man. Ich danke dir sehr, sehr herzlich für dieses tolle Gespräch, weil das natürlich die Erwartungen übererfüllt. Weil ich finde tatsächlich, dass es wichtig ist, einfach manchmal auch innezuhalten. Und auch, ich glaube, selbst du in deiner Limitation, ich in denen, die ich so habe, vielleicht sind immer noch privilegiert im

Vergleich zu anderen Menschen. Und es fällt sehr leicht, solche Menschen aus dem Auge zu verlieren, weil man doch in diesem Egoismus, den es halt leider sehr viel gibt heutzutage, manchmal verharren möchte. Ich danke dir für deinen tollen Input. Und ich hoffe, dass wir beide zusammen ein bisschen den Blick weiten konnten, dass es nicht alles immer fancy sein muss, sondern manchmal auch ein bisschen pragmatisch und voran. Ja, danke dir.

Anastasia (32:06)

Danke dir auch, vielen Dank.