

Wann,  
wenn nicht  
jetzt?

Was  
Frauen  
wirklich  
wollen

Immer höher, schneller,  
weiter – das kann's  
doch nicht sein! Heute  
finden wir unser Glück,  
indem wir ERFOLG

NEU DEFINIEREN. So  
wie es sich für uns richtig  
anfühlt. Frauen 40+  
und ihre ganz speziellen  
Erfolgsgeheimnisse!

TEXT: Sibylle Hettich

**H**errlich, diese weißen  
Blätter im Kalender – die  
gähnende Leere im Ter-  
minplaner des Smart-  
phones... Ein ganzes  
neues Jahr liegt jungfräulich vor uns. Mit  
Platz für Neuanfänge, zweite Chancen,  
Hoffnungen und Pläne. Haben Sie für  
2017 schon eine Bucket List gemacht?  
Was ist Ihnen wichtig? Bis vor wenigen

Jahren hätten Sie vermutlich etwa so  
geantwortet: Karriere, schickes Haus,  
toller Urlaub. Doch die Prioritäten haben  
sich verschoben. Für viele reicht es  
nicht mehr, sich auf das eigene Upgra-  
ding zu konzentrieren, während die Welt  
um sie herum aus den Fugen gerät.  
Das Bild eines gelungenen Lebens ver-  
ändert sich. Starre Regeln sind passé.  
Heute ist Erfolg das, was wir selbst als

**Claudia  
Strobl, 51.  
Weltcup-  
siegerin Ski  
Alpin und  
Mentalcoach  
aus Villach in  
Österreich**



FOTO: Martin Skjath/ep/Tipfoto

**„MIT ZWÖLF GING ES LOS.** Ich stand  
als Zuschauerin an der Piste eines Welt-  
cup-Skirennens. Starre wie hypnotisiert  
auf die Frauen, die sich den Steilhang  
hinabstürzten. So viel Mut, Kraft, Körper-  
beherrschung. Ihren Willen zum Sieg  
konnte man in jeder ihrer Bewegungen  
spüren. Ich wusste aus tiefstem Herzen:  
Das will ich auch. Ich will eine Siegerin  
sein! Dafür gab ich alles. Bis ich ganz  
oben auf dem Treppchen stand. Für  
mich die beste Lebensschule, denn als  
Spitzensportlerin erlebte ich, dass sich  
das, was ich von mir denke, in meiner  
Leistung widerspiegelt. Ein Zusammen-  
hang, den ich spannend fand. Nach mei-  
ner Sportkarriere stieg ich intensiver in  
die Psychologie des Erfolgs ein, ließ  
mich zum Coach ausbilden. Heute helfe  
ich Menschen, nach den großen Träu-  
men in sich zu suchen – und an den rich-  
tigen Stellen nein zu sagen. Denn darauf  
kommt es an: Unsere Ziele müssen im  
Einklang mit uns sein. Sonst wundern wir  
uns, dass wir sie nicht erreichen. Trotz  
aller Anstrengungen. Wer sich nach der  
Allgemeinheit richtet, hat sowieso schon  
verloren. Auch ich musste mich langsam  
an eine neue Richtung im Leben heran-  
tasten – die richtige Balance sollte es  
sein! Kinder, Partnerschaft, Beruf,  
Freunde, alle diese Bereiche sollten  
geschmeidig ineinandergreifen. Als Per-  
fektionistin wollte ich auch hier tadellos  
abliefern. Aber dann merkte ich, dass  
das mit der Balance nicht so läuft. Wenn  
ich in ein Gebiet investiere, tritt automa-  
tisch ein anderes in den Hintergrund.  
Das ist auch nicht schlimm, im Gegenteil.  
Denn konstruktive Unzufriedenheit kann  
ein prima Motor sein. Sie bringt uns  
dazu, uns immer wieder neu auszu-  
richten. Erfolg ist nie nur ein Ziel, son-  
dern ein ständiger Prozess.“

Erfolg definieren. Manche suchen ihn  
ganz klassisch im Business. Andere  
in der großen Liebe oder der Familie –  
die nächsten in guten Taten. So wie  
Michelle Obama. Sie sagt: „Erfolg hat  
nichts damit zu tun, wie viel Geld du ver-  
dienst. Es geht darum, was du im Leben  
anderer hinterlässt.“ Was es auch ist, zu  
allem gehört eine Riesenportion Hartnä-  
ckigkeit. Denn Erfolg kommt meist nicht

von allein. Wir müssen schon umsetzen,  
was wir uns vorgenommen haben.  
Erfolgsautorin J.K. Rowling sieht es so:  
„Es sind unsere Entscheidungen, die  
zeigen, wer wir wirklich sind, viel mehr  
als unsere Fähigkeiten.“ Das Großartige  
ist: Wenn wir beherzt unsere Ziele  
angehen, werden wir mit vielen Extra-  
Ampere Energie belohnt. Wir fühlen uns  
stark, strahlen die Aura eines erfüllten

Menschen aus. Eine Beschreibung, die  
bestens auf Weltcup-Siegerin Claudia  
Strobl passt. Heute kämpft sie nicht  
mehr darum, ganz oben zu stehen. Viel  
wichtiger ist ihr die Balance im Leben,  
dass alles perfekt ineinandergreift.  
Es gibt aber auch noch ganze andere  
Erfolgsmodelle – wie die drei weiteren  
MYWAY-Leserinnen zeigen. Lassen  
Sie sich inspirieren!