

## Wo bleibt die Zeit?

Alle, die sich selbständig machen, sei es mit einem Teil oder mit ihrer ganzen Arbeitszeit, richten in ihrem persönlichen Zeitplan ihre Aufmerksamkeit auf die Stunden, für die sie bezahlt werden wollen – die Stunden, in denen sie Behandlungen geben, unterrichten, Seminare leiten, einen Vortrag halten oder anderes. Es ist zwar immer allen klar, dass drumherum noch mehr Arbeit anfällt, die meistens "Verwaltung" genannt wird, aber dabei wird an die Schreibtischarbeit gedacht, wie Texte, KundInnenblätter anlegen, Rechnungen und Angebote schreiben, Belege für die Buchhaltung sortieren und dergleichen mehr. Aber es gibt auch einen Teil Arbeit, der sich nicht nur am Schreibtisch abspielt, aber viel Zeit kostet – das ist u.a. vieles aus dem Bereich der Akquisition. Selten macht sich jemand Gedanken über den Umfang dieser Arbeit. Ich nenne diese Tätigkeiten nicht Verwaltungsarbeit sondern "unternehmerische Arbeit", um schon durch die Wortwahl eine andere Dimension und auch ein anderes Gewicht anzudeuten: Wer Shiatsu gibt und unterrichtet, hat ein kleines Unternehmen zu führen. Der Umfang der unternehmerischen Arbeit wird immer unterschätzt. Wenn es Sie interessiert, ob das auch in Ihrem Falle zutrifft, so nehmen Sie sich bitte Papier und Stift und machen eine Liste der Tätigkeiten, die Sie ausführen müssen, damit Ihre Shiatsustunden bezahlt werden. Die folgende Liste ist nicht abschließend, sie enthält nur Anregungen:

|  | <b>Stunden pro</b> |              |              |             |
|--|--------------------|--------------|--------------|-------------|
|  | <b>Tag</b>         | <b>Woche</b> | <b>Monat</b> | <b>Jahr</b> |
| <b>Büroarbeit:</b><br>Klientinnenkartei führen, Rechnungen schreiben<br>Angebote, Texte, Nachweise über<br>Unterrichtsstunden machen<br>Post inkl. Mails bearbeiten<br>Buchhaltung vorbereiten<br>Steuererklärung<br>Zahlungseingänge prüfen<br>Überweisen, zur Bank gehen, Geld holen<br>Am Telefon präsent sein                  |                    |              |              |             |
| <b>Die Behandlungen</b><br>Raum herrichten<br>mentale Vorbereitung<br>Kurzberichte über Behandlungen<br>Laken und Tücher austauschen, waschen<br>Sonstiges   |                    |              |              |             |
| <b>Falls Sie Shiatsu unterrichten</b><br>Räume vorbereiten, schmücken, reinigen<br>Materialeinkauf<br>Kopieren von Unterlagen<br>Der Weg zum Unterrichtsort<br><b>Wenn Sie als Referentin bei einer Einrichtung auftreten:</b><br>Verträge prüfen, verschicken<br>selber Werbung machen<br><b>Bei eigenen Seminaren und Kursen</b> |                    |              |              |             |

|  |  |
|--|--|
| <p><b>zusätzlich:</b><br/>Anmeldungen verwalten<br/>Überweisungen prüfen<br/>Bestätigungen oder Absagen verschicken</p>  |  |
| <p><b>Akquisition und Werbung</b><br/><b>a) Für die Praxis:</b><br/>Unbezahlte Vorträge zu Werbezwecken<br/>Tag der offenen Tür planen und durchführen<br/>Artikel schreiben<br/>Flyer herstellen oder erneuern, verschicken<br/>Anzeigen aufgeben oder Anfragen danach beantworten<br/><b>b) Außerdem bei Unterricht:</b><br/>Kontakte mit den KooperationspartnerInnen wie VHS, KK, Bildungswerke, Firmen<br/>Gespräche führen, Einladungen schreiben<br/>Interviews geben<br/>Teilnahme an DozentInnengremien</p> |  |
| <p><b>Vernetzung, Kooperation, Berufspolitik</b><br/>Mitgliederversammlungen von Berufs- und Fachverbänden<br/>Lokale und regionale Treffen mit anderen Shiatsu praktizierenden<br/>Kollegiale Supervision, Austausch, Qualitätszirkel<br/>Gemeinsame Informationsveranstaltungen planen, bewerben, durchführen<br/>In der Region politisch, kulturell oder sozial sichtbar sein</p>   |  |
| <p><b>Aus- und Fortbildung</b><br/>Seminare besuchen oder veranstalten<br/>Fachlektüre<br/>Reisen<br/>Arbeiten schreiben<br/>Supervision</p>   |  |

Ihnen fällt gewiss noch mehr ein. Sie können nun, wenn Sie wollen, die angenommenen Stunden Ihrer unternehmerischen Arbeit zählen oder in Zukunft alle diese Stunden einmal aufschreiben. So oder so staunen die meisten über die Menge der Stunden. Sie können das Zählen auch lassen und mir folgende Erfahrungswerte glauben: In unserer Beratungsarbeit mit selbständigen FreiberuflerInnen gehen wir davon aus, dass diese von 100 % der gesamten Zeit für ihren Betrieb in der Regel nur 40 % von der Kundschaft bezahlt kriegen - wenn es gut läuft ! - und 60 % ihrer Zeit mit Unternehmensführung verbringen. Wie gesagt, wenn es gut läuft. Zu Beginn oder in schlechteren Zeiten ist das Verhältnis noch ungünstiger – z.B. 30 % bezahlte Arbeit zu 70 % Unternehmensführung, wovon der dickste Brocken immer die Akquisition ist, besonders dann, wenn Sie gerade wenig Kundschaft haben. Aber auch die Arbeit, die es macht, selbst Seminare anzubieten und durchzuführen fällt schwer ins

Gewicht. Wer die Wahl hat, wird sich vielleicht allein wegen dieser Seminarverwaltungsarbeit lieber an die VHS oder andere Träger verkaufen, die nur ein karges Stundenhonorar zahlen, dafür aber auch die ganze Verwaltungsarbeit machen.

### **Was nützt es Ihnen, das zu das wissen?**

Sie können sich ein Bild davon machen, wo Ihre Zeit bleibt. Für jede bezahlte Stunde Shiatsu arbeiten Sie mehr als eine Stunde unternehmerisch – und wenn Sie sich die Liste Ihrer Arbeit noch einmal anschauen, können Sie leicht auf den Gedanken kommen, dass diese Schätzung eher niedrig liegt. Wenn Sie neben einem Hauptberuf her als Shiatsu praktikerIn tätig sind, müssen Sie sich überlegen, ob Sie so viel Zeit überhaupt haben. Oder Sie wissen nun, warum Sie zu vielen Dingen einfach nicht kommen oder oft ausgelaugt sind, obwohl Sie nur, sagen wir, 8 Shiatsustunden pro Woche geben. Sie stecken im Schnitt 12 weitere Stunden in Ihren Betrieb, haben also mindestens 20 Stunden in der Woche mit ihrer kleinen Praxis zu tun. Es gibt Zeiten, da tritt diese Arbeit gehäuft auf, so, wenn Sie gerade Ihr neues Programm versenden oder einen lokalen "Gesundheitstag" mitgestalten, zu anderen Zeiten haben Sie wieder mehr Ruhe. Aus alledem resultiert auch, dass ein kleines Teilzeitunternehmen meistens ein ungünstigeres Zeitverhältnis hat, denn die Zeit, die Sie für die unternehmerische Arbeit brauchen, steigt nicht wesentlich, wenn Sie statt 8 Shiatsustunden 16 pro Woche geben.

Es ist kaum möglich, das Verhältnis zwischen bezahlter und unternehmerischer Arbeit günstiger zu gestalten, letztere hat ihrer Natur nach eine Tendenz zum Wachstum. Das alles ist jedoch kein Drama, denn diese Arbeit ist ja nicht nur ein Graus, eine Last, ein notwendiges Übel, sie gehört zum Leben, zum Shiatsu, zu Ihrer Identität. Manches davon macht große Freude, bereichert Sie und bringt Sie weiter. Wenn es Ihnen gut geht, werden Sie sich nicht damit abgeben, die Stunden Ihres unternehmerischen Wirkens tatsächlich zu zählen. Doch wenn Sie darüber nachdenken, Ihren jetzigen Hauptberuf aufzugeben, um Shiatsu dazu zu machen, ist es angebracht, mit dem Faktor Zeit zu rechnen und ein realistisches Zeitbudget aufzustellen.

Eine andere, auch sehr wichtige Frage ist, wieviele Shiatsubehandlungen oder Shiatsuunterricht Sie an einem Tag geben können, ohne dass die Qualität leidet. Die Grenze wird oft bei 6 Stunden pro Tag angegeben. Diese Frage müssen Sie für sich selbst beantworten, doch sicher ist hier ein Austausch mit KollegInnen nützlich.

Marie Sichtermann

Für Informationen und Seminartermine können Sie auch unser Programmheft anfordern:

### **Geld & Rosen - Unternehmensberatung für Frauen**

Münstereifeler Str. 9 - 13, 53879 Euskirchen,

Tel. 02251-625 432 Fax. 02251-625 629

Mail: [info@geld-und-rosen.de](mailto:info@geld-und-rosen.de)

[www.geld-und-rosen.de](http://www.geld-und-rosen.de)