



JOHANNA RICKELT

## MIT HERZ UND METHODE

Jeder versucht, die Konflikte in unserem täglichen Leben zu bewältigen. Mal gelingt es uns, und mal brauchen wir dazu Hilfe. Im letzteren Fall könnt ihr seit 2019 Johanna Rickelt ansprechen, die sich genau in diesem Bereich selbstständig gemacht hat. In Einzel- oder Gruppencoachings versucht sie, uns zurück in die Spur zu bringen und uns mehr Klarheit und Zufriedenheit zu ermöglichen. Darüber hinaus vergisst sie ihre eigenen Bedürfnisse nicht und lebt aus diesem Grund wohl zwischen Darß und Rostock, wie sie unserer Redakteurin Antje Benda in einem Telefonat erzählte.

**W**er von uns stellt sich nicht ab und an die Frage: „Was soll nur aus mir werden?“ In der Regel kriegen wir keine genaue und vor allem keine plötzliche Antwort. Und auch bei Johanna Rickelt – im Original aus Barth - musste sich das Ergebnis über Jahre formen, damit sie heute als systematische Beraterin und Moderatorin mit Vereinen und Einzelpersonen arbeiten kann. „Ich sehe in meinem Leben drei Schlüsselmomente, die mich in meine Selbstständigkeit gebracht haben. Zum einen habe ich während meines Studiums (Politik-, Kommunikations- und Erziehungswissenschaften, Master) an der Universität Rostock ein Seminar in dem Bereich Mediation besucht, das mich total getriggert hat. Dann habe ich mehrere Jahre in Berlin und Rostock in der offenen Kinder- und Jugendarbeit gearbeitet und gemerkt, dass mich das nicht erfüllt. Kinder sind einfach nicht meine Zielgruppe. Der dritte Moment kam im Sommer 2018. Ich war gerade dabei Bewerbungen zu schreiben, da meine Elternzeit sich dem Ende neigte. In diesem Moment erzählten mir Freunde vom Gründungszuschuss, den ich erhalten würde, wenn ich mich selbstständig machen würde. Ich bin daraufhin zu meiner Beraterin vom Arbeitsamt, die mich sehr unterstützte das Thema anzugehen. Ich hatte auch bald das Go für meine Selbstständigkeit. Seitdem bin ich sehr happy.“

Johanna wollte jedoch nicht zuhause arbeiten, sondern, wenn man so will, am Puls der

Zeit. Um ihren Businessplan zu schreiben und ihre Homepage zu bauen, mietete sie sich im E-Werk ein und arbeitete unter anderem mit Gusti Leder unter einem Dach. „Ich habe mich darüber hinaus über einen Businesstreff mit anderen Selbstständigen vernetzt. Bei diesen Treffen gibt es keine festen Strukturen. Wir setzen uns etwa alle zwei Monate zusammen und supporten uns gegenseitig. Bei einem dieser Treffen habe ich Jule Klinger (Gemeinsam und nachhaltig mit Menschen Kochen) kennengelernt, mit der ich mir ein gemeinsames Büro gesucht habe.“ Johanna braucht für ihre Arbeit häufig einen Beratungsraum, so dass nicht alle Optionen in Frage kamen. Fündig sind sie dann bei den Grünen geworden, mit denen sie sogar innerhalb der KTV einmal umgezogen sind. Ihre Räume haben sie nun direkt über dem Bio-Bäcker am Doberaner Platz. „Jule und ich arbeiten in einem kleinen Dachzimmer, das gleichzeitig auch Beratungsraum ist. Klar ist da nicht viel Platz, aber wir sind sehr zufrieden damit. Die Gemeinschaft mit den Grünen ist so wertvoll und wir haben uns toll eingerichtet.“ Während ihrer Arbeit trifft Johanna häufig auf Menschen, die mit sich in Selbstkritik stehen und denen oft nicht bewusst ist, dass das eigentliche Problem ihrer Unzufriedenheit schlechte Strukturen sind. Gemeinsam mit ihnen versucht Johanna in Workshops und Seminaren dies zu hinterfragen und aufzubrechen.

Für sich selbst hat sie die Zufriedenheit in Rostock in einem WG Haus gefunden. „Ich

lebe mit meinem Partner und unserem Sohn in einem Fachwerkhaus in der Innenstadt. Anfang der 1990er wurde das Haus von mehreren Freunden besetzt, die es irgendwann aufkauften und nach ihren Wünschen ausbauten. Übrig aus dieser Zeit ist einer der „Besetzer“ geblieben. Mit ihm und seiner Partnerin genießen wir eine lebendige Küchengemeinschaft. Das Ganze ist aus sich heraus gewachsen und ich möchte es vorerst nicht verlassen, obwohl ich natürlich nicht weiß, ob ich nicht auch nochmal woanders leben werde.“ Aktuell lebt sie aber in Rostock und macht in der Urlaubssaison immer wieder einen Abstecher nach Born auf den Darß. Dort arbeitet sie an der Bar auf einem Campingplatz, während ihr Freund als Kitlehrer Unterricht gibt. „Wir machen das seit acht Jahren. Es gibt mir einen guten Ausgleich zu meiner Arbeit. Und aktuell kann ich die Zeit nutzen, um auch ein Online-Angebot auszuarbeiten. Normalerweise arbeite ich Face-to-Face und jetzt muss ich über Telefon- oder Online-Beratung nachdenken. Aus diesem Grund bin ich auf der Suche nach Menschen, die Lust haben, das mit mir auszuprobieren, damit ich künftig auch ortsunabhängig arbeiten und mit meiner Familie auf Reisen gehen kann.“

ANTJE BENDA

*Ihr möchtet euch online beraten zu lassen? Dann geht einfach auf [www.johanna-rickelt.de](http://www.johanna-rickelt.de)*