

Kategorie: Einzelperson

Projekttitle: Podcast "Raus aus der Couch"

Nominierte Person: Mag. Doris Schulz - Medienfrau



Raus aus der Couch - Gespräche mit Frauen, die genau das tun, um sich selbst

- Am Schopf zu packen und den eigenen Weg gehen
- Profis in ihren Fachgebieten sind
- Orientierung geben
- Neue oder andere Wege aufzeigen
- Role-Models – Vorbilder – weil wir sie brauchen.



**Warum Frauen?** Gemischte Teams – besten Erfolge, wenn sie auf Augenhöhe sind. Um gleich Höhe herzustellen, was ich vor allem bei Frauen feststelle: dass sie sich vieles nicht zutrauen ihr Selbstbewusstsein einen kräftigen Kick braucht die alten Rollenbilder zu stark sind manchmal gar keine Verantwortung übernehmen möchten die Couch zwar bequem, aber kein Lebenskonzept ist Wegbegleiter\*innen suchen/brauchen.

**Bin überzeugt:** Empowerment, Ermutigung, Aufbrechen alter Rollenbilder und Zeigen, wie ein selbstbestimmtes Leben funktionieren kann, sowie viele persönliche Erfahrungen haben mich zu meinem Entschluss geführt.

Die Interviews wähle, nehme auf, schneide und release ich alles selbst. Das Engagement ist pro bono, denn ich erhalte dafür kein Geld. Im Sinne der Vernetzung stelle ich die geschnittenen Interviews meine Gesprächspartnerinnen kostenlos zur Verfügung. So sind schon viele interessante Verbindungen entstanden.

Der PODCAST „Raus aus der Couch“ hat zum Einreichungszeitpunkt 44 Podcasts/Interviews mit Expertinnen aus dem ganzen deutschsprachigen Raum präsentiert, ist auf 13 Plattformen zu hören und bisher mehr als 6.000 Downloads.

Von Frauen für Frauen und die Interviews bleiben bestehen. In zwanzig-minütigen Gesprächen mit Frauen, die ihren Weg gehen, rede ich mit ihnen über persönliche Entwicklung, berufliche Kompetenz, Achtsamkeit, ihren Mindset, neue Chancen und ihre Ideen für die Zukunft. Jede Episode stellt auf diese Weise eine andere Interviewpartnerin vor – Mit persönlichen Profi-Tipps und Buchempfehlungen können Sie sich in meinem zusätzlichen Premium Programm dieses Podcasts rasche und kompetente Informationen holen.

