

Portrait
↳
Inspire



Im Interview mit
**Nicole
Andrae**



Warum ich mit 50 nochmal
alles auf Null gesetzt habe?



Hi Nicole,
du hast dich früh für den
Bereich Medizin & Pharma
entschieden. Warum?



Meine Großmutter war Gemeindeschwester
auf dem Thüringer Land und hat mich früh
mit zu ihren Patienten genommen.

**Da habe ich gesehen, wie wichtig eine gute,
gesundheitliche Versorgung ist..**

Gerade im Bereich seltener Erkrankungen
**benötigen die Menschen Stimmen, die für
sie nach außen treten.**



Heute ergänzt du dazu den
Schwerpunkt Kommunikation.

Wie kam es dazu?

In meinem Beruf kommuniziere ich jeden Tag,
dabei ist es **unglaublich wichtig, sich gut auf den
anderen einstellen zu können**, denn gute
Kommunikation öffnet schneller eine Tür.

Auch im privaten Bereich bin ich oft an meine
Grenzen gekommen und dachte immer:
Das muss besser gehen.

**Dem anderen im Gespräch wirklich zu begegnen,
ist heute mein größter Anspruch.**



Gab es einen prägnanten Impuls, der diesen Weg angestoßen hat?

Ich war als Teilnehmerin auf einem Training in Hamburg. Die Trainerin hatte schnell **gemerkt, dass ich Talent mitbringe**, und fragte mich nach dem Training, ob ich nicht als Trainerin einsteigen möchte.

Da fing ich an zu überlegen und die Idee schlug Wurzeln in mir.



Wie sah die weitere Entwicklung konkret aus?

Sechs Monate später hatte ich mich zur Trainerausbildung angemeldet und anschließend noch die Ausbildung zum Kommunikationscoach drangehängt.

Der Wandel fand jedoch vor allem in mir statt. **Ich veränderte die Einstellung zu mir selbst.** Auf einmal sichtbar zu sein und Inhalte vor großen Gruppen zu vermitteln, war für mich die größte Challenge.



Die innere Kritikerin war.
manchmal sehr, sehr laut..





Was hat dir geholfen, **dran zu bleiben?**

Ich habe die feste Vision, durch
respektvolle Kommunikation
Menschen miteinander zu
verbinden statt zu trennen.

**Wir dürfen uns endlich wieder.
wirklich begegnen.**



Was war rückblickend die **größte Herausforderung?**

Manchmal darf man sich entscheiden:
im Alten hängen zu bleiben oder die alte
Haut abzustreifen und sich auf den Weg
zu machen.

**Ich hatte mich mit 50 entschlossen,
alles auf Null zu setzen und neu anzufangen..**

Studium, Ausbildungen und neue Menschen in
mein Leben zu lassen. Heute sage ich:

Das war meine beste Entscheidung!



Gab es ein Schlüsselerlebnis, was **deine Entwicklung geprägt hat?**

Rückblickend der frühe Verlust
eines sehr nahestehenden
Familienmitglieds.

**Hier habe ich gemerkt, wie
vergänglich alles ist,** und mir
sehr ehrlich die Frage gestellt,
ob ich so weitermachen möchte
in meinem Leben.

**Wegschauen war keine Option.
mehr.**

Das war der Moment, in dem ich
für mich aufgestanden bin.



Was hat sich heute für dich **persönlich verändert?**

Ich würde behaupten: alles.
Durch meinen Umzug in eine völlig fremde
Stadt, **ohne jemanden zu kennen, aber mit
leichtem Gepäck**, war ich innerlich und
äußerlich frei.

Mit meiner nebenberuflichen
Selbstständigkeit lebe ich heute den
Wunsch, mein Wissen weiterzugeben
und Menschen wirklich zu begegnen.
**Und ich stehe für meine Werte ein, auch
wenn es Mut kostet.**





Was rätst du anderen Frauen,
die einem neuen Weg folgen wollen?

Wenn du merkst, dass das Außen mit deinem
Inneren nicht mehr resoniert, dann ist es Zeit,
etwas zu verändern.

Denn sonst verändert das Außen dich.
Es gibt einen wunderbaren Song von PUR:
Abenteuerland.
Das Lied beschreibt es unglaublich gut.
Veränderung beginnt dort, wo Kopf und Herz
wieder miteinander sprechen