

„Was mich bewegt“

Im Gespräch blickt Cornelia Afchani auf 20 Jahre erfolgreiche Selbstständigkeit zurück und zieht Bilanz zu ihrer Tätigkeit als Coach, Trainerin und Heilpraktikerin

*„Der wichtigste Mensch ist der,
der mir in diesem Moment gegenüber sitzt!“*

Frau Afchani, 20 Jahre ist es her, seit Sie den Schritt in die Selbstständigkeit gewagt haben. Auf spannenden Etappen hat Ihr Weg Sie beruflich und persönlich weitergebracht. Auch wenn er nicht immer ganz einfach gewesen ist. Wenn Sie heute zurückblicken, wie fühlt sich das an?

Cornelia Afchani: Ich wundere ich mich manchmal selbst, wie ich das alles geschafft habe! Vor 20 Jahren habe ich in Neckargemünd als frischgebackene Heilpraktikerin meine Praxis eröffnet. Parallel dazu ist meine familiäre Situation sehr belastend gewesen. Unterm Strich hat mich dieser Aufbruch und Neuanfang damals eine Menge Mut und Energie gekostet, aber er hat mir auch viel Kraft gegeben.



Cornelia Afchani

Sie sind damals als Kinesiologin und Heilpraktikerin an den Start gegangen. Was zeichnet diese Methode aus und welche Bedeutung hat sie heute für Ihre Arbeit?

Cornelia Afchani: Die Begeisterung für die Kinesiologie trägt mich und meine Arbeit bis heute. Vor 20 Jahren wurde diese Methode noch von vielen eher belächelt oder als esoterisch kritisch beäugt. Die Akademie in Freiburg, bei der ich mein „Handwerk“ gelernt habe, hat damals Pionierarbeit geleistet. Inzwischen sind die Methode und das Institut längst international etabliert. Kern der Kinesiologie ist, das körpereigene Energiesystem in die Arbeit mit dem Klienten bzw. dem Patienten zu integrieren, was sich besonders bei psychosomatischen Symptomen auszahlt. Das Verhältnis von Aufwand und Nutzen stimmt. Die Kinesiologie lässt mich klar und authentisch mit meinem Gegenüber arbeiten. Ich habe sie immer als eine bodenständige Disziplin empfunden, die sehr gut zu mir passt – und zur Branche meiner Klienten, die unter anderem aus dem Bankenbereich kommen. Esoterik könnte ich mir bei dieser Zielgruppe übrigens gar nicht leisten.

Lassen Sie uns über einen aktuellen Meilenstein auf Ihrem Weg sprechen: Anfang 2016 haben Sie Ihr Bachelor-Studium in BWL und Wirtschaftspsychologie an der Euro-FH Hamburg erfolgreich abgeschlossen...

Cornelia Afchani: Ja, dieses Studium ist mir sehr wichtig. Ich hatte im Lauf der Jahre mein methodisches Repertoire und meine Kompetenzen durch verschiedene Ausbildungen im systemischen Bereich und in NLP kontinuierlich erweitert. Dennoch hatte ich das Bedürfnis, mich intellektuell noch einmal so richtig zu fordern, mich in die Materie meiner Klientengruppe – in die Welt der Wirtschaft und Finanzen – reinzuknien, ich wollte wirtschaftliche Zusammenhänge noch besser verstehen. Und, ehrlich gesagt, habe ich mir auch akademische Anerkennung gewünscht. Die Kinesiologie und der systemische Blick sind und bleiben „die“ Ansätze für die Arbeit mit meinen Klienten, und das Studium ist sozusagen als Türöffner hinzugekommen, der mir hilft, in meiner Zielgruppe wirklich Fuß zu fassen und vollends respektiert zu werden.

Sie haben ein paar Jahre im Ausland verbracht. Zunächst Prag, dann Luxemburg. War das beruflich motiviert?

Cornelia Afchani: Ich habe meinen Mann dorthin begleitet. Beruflich konnte ich selbst unmittelbar vor Ort nicht so viel bewegen – die kulturellen Unterschiede waren zu groß, und in beiden Fällen war für den Aufbau eines tragfähigen Kontaktnetzes die Zeit zu kurz. Aber es ist mir gelungen, aus der Ferne meine geschäftlichen Beziehungen nach Deutschland aufrechtzuerhalten und kontinuierlich weiterzupflegen, und dabei habe ich sehr viel Wertschätzung erfahren. Meine Erfahrungen im Ausland haben mich vor allem persönlich und emotional weitergebracht.

Frau Afchani, Sie sind in den letzten Jahren als Coach und Trainerin hauptsächlich im Business-Bereich tätig. Was würden Sie als den Kern Ihrer Arbeit beschreiben?

Cornelia Afchani: In meiner Arbeit geht es stets um Menschen und ihr Umfeld, um den Umgang miteinander. Im Einzelcoaching sind häufig Stressbewältigung und Change-Management der Auftrag. Das Wichtigste ist mir dabei immer, den Menschen da abzuholen, wo er steht. Durch die richtigen Fragen kann ich mein Gegenüber zum Sprechen bewegen und Wesentliches herausarbeiten. Und je nach Bedarf unterstützen Entspannungsübungen die gesteckten Ziele zu erreichen. Die Menschen, mit denen ich arbeite, verdienen in diesem Prozess meinen ganzheitlichen Blick und meine komplette Aufmerksamkeit. Meine Empathie ist gefragt. Ich habe es auch schon erlebt, dass eine Klientin zu Tränen gerührt war, weil ich ihr eigentliches Problem nur durch achtsames Beobachten erkannt habe.

Wie erleben Sie sich selbst in der Begegnung mit Ihren Klienten – können Sie das mit einem Bild beschreiben?

Cornelia Afchani: Der Fels in der Brandung – ich denke, das trifft es am besten! Meine Arbeit lebt von der Ruhe, die ich ausstrahle, vom Zuhören und davon, dass meine Klienten mir

Vertrauen schenken. Wenn die Leute zu mir kommen, hat es oft den Anschein, als gehe im nächsten Moment die Welt für sie unter. Und wenn sie wieder gehen, haben sie neue Ideen und Perspektiven an Bord.

Ist es das, was Sie an Ihrer Arbeit fasziniert?

Cornelia Afchani: Ja, das Höchste für mich ist, wenn meine Klienten mit einem Ausdruck tiefster Erleichterung aus unserer Sitzung herauskommen! In diesem Punkt stehe ich einfach dazu, dass ich ein großes Herz für andere habe. Neue Menschen mit ihrer Persönlichkeit, all ihrem Wissen und Können kennen zu lernen und zu erleben, wie sie sich im Gespräch mit mir öffnen, das ist für mich Faszination pur. Ich gehe ohne Berührungsängste auf fremde Menschen zu, freue mich auf neue Begegnungen und stelle immer wieder fest, dass derjenige, der mir gerade gegenüber sitzt, in diesem Moment der wichtigste Mensch für mich ist.

Und was sind die großen Herausforderungen, die Ihre Tätigkeit mit sich bringt?

Cornelia Afchani: Ich bin für andere da und helfe ihnen, in ihrer Situation Orientierung zu finden. Das setzt voraus, dass sie sich helfen lassen und meine Hilfe auch gefragt ist. Zu erkennen, wo ich nicht helfen kann, ist da eine wichtige Aufgabe. Und in jedem Fall bedingt die Arbeit mit den Klienten tiefes Vertrauen und Öffnung auf beiden Seiten. Das kann körperlich, psychisch und emotional ganz schön belasten. Die größte Herausforderung besteht für mich also darin, stets auch gut für mich selbst zu sorgen. Nur so kann ich auf Dauer in der Balance bleiben.

Lassen Sie uns noch einen Blick auf Ihre Klienten werfen. Viele Ihrer Aufträge bekommen Sie aus den Reihen der Genossenschaftsbanken. Was bedeutet das für Ihre Arbeit?

Cornelia Afchani: Im Gegensatz zu den Privatbanken und Großbanken sind Genossenschaftsbanken nicht profitorientiert. Das macht einen großen Unterschied und bringt eine wesentliche Qualität in meine Tätigkeit: Innerhalb der Institution wird Wert auf Menschlichkeit und Tradition gelegt, das Miteinander hat einen hohen Stellenwert. Das passt sehr gut zu meinen Werten und meiner Arbeit.

Sind die Aufträge, mit denen Ihre Klienten zu Ihnen kommen, über die Jahre hin dieselben geblieben oder haben die Themen sich verändert?

Cornelia Afchani: Was mir auffällt: Immer mehr Männer, die sich im Aufstieg auf der Karriereleiter befinden, kommen zu mir. Und wo früher die Beseitigung von Defiziten der Auftrag war, geht es heute um Anerkennung. Zunehmend vertrauen sich mir meine Klienten mit Gesundheitsthemen und privaten Anliegen an und fühlen sich bei mir offensichtlich gut damit aufgehoben.

Blicken wir noch einmal zurück. Gibt es etwas, das Sie heute anders machen würden?

Cornelia Afchani: In meinem Berufsleben habe ich einen weiten Bogen gespannt. Dabei hatte ich offenbar die richtigen Antennen und konnte mich Schritt für Schritt entfalten. Nein, nichts daran würde ich anders machen, alles war richtig so! Ich blicke zurück auf einen erlebnisreichen Weg mit Höhen und Tiefen, der mir viele wertvolle Erfahrungen gebracht hat. Heute ernte ich, was ich gesät habe, und ich bin zutiefst dankbar für alles.

Haben Sie eine Vision für die nächsten Jahre?

Cornelia Afchani: Wenn nichts dazwischenkommt, werde ich auch in 20 Jahren noch arbeiten. Gerne würde ich meine Tätigkeit als Beraterin auf Strategiebene ausbauen. Meine Vision zielt darauf ab, den Themen Ganzheitlichkeit, Menschlichkeit und Gesundheit im Business dabei mehr Raum zu geben. Wenn die Zeit reif, die Gesellschaft und Unternehmen bereit dafür sind...

Und ich werde mich im Kreis meiner Familie wohlfühlen und mich im schönsten Fall über Enkelkinder freuen.

Das Gespräch führte Christiane Prögel-Goy, Wort- und Textbau in Wernau (Neckar).