



BUSINESS COACHING: "EN SNOR AT TRÆKKE I"

For Pernille Burø var mødet med en Business Coach det, der skulle til for at komme i gang som selvstændig.

Man kan gå med en drøm om at blive selvstændig og ikke vide, om man nogensinde kommer i gang. Men man kan også blive matchet med en af Silkeborg Business' business coaches og få lige præcis det rygstød, der sender én i den rigtige retning.

Sådan et match fandt iværksætter Pernille Burø. Hun har virksomheden Enkle Greb i Mausing ved Kjellerup, hvor hun tilbyder psykomotorisk terapi, massage og personlig træning. I dag er hun godt i gang, men for et år siden var det stadig bare en drøm.

Brug for hjælp

Det ændrede sig, da hun gennem Jobcentret hørte, at Silkeborg Business' tilbyder business coaching for dagpengemodtagere, der drømmer om at komme i gang som selvstændige. Tiden var den rigtige, men hun vidste ikke, hvor hun skulle starte.

"Jeg var frustreret og svært ved at vide, hvordan jeg skulle komme i gang. Som tilflytter havde jeg ikke noget netværk. Jeg havde brug for hjælp. En der kunne stille mig de rigtige spørgsmål og give mig det skub, der skulle til."

Efter et afklarende møde i Silkeborg Business blev hun matchet med den erfarne coach Anette Raaby fra konsulenthuset Kongruens, der arbejder med at udvikle mennesker og organisationer.

Deres første møde fandt sted i april 2022. Pernille Burø havde brug for hjælp til struktur, profil, økonomi og markedsføring. Stort set alt. Anette Raaby mødte op med flere blanke ark og farverige tuscher. Nu skulle der form på de ideer, der gennem ti år jævnligt er poppet op.



Rydde op i ideerne

"Jeg fik bare lov til at fortælle. Jeg havde på forhånd sendt hende en masse ord og ideer, så hun havde en ide om, hvor jeg var. Det var essentielt for mig at få hjælp til at rydde op i alle mine ideer. Det handlede om, at jeg blev nødt til at "kill my darlings" for at komme videre med skabelonen for min virksomhed. Når man selv synes, at man har 10.000 fantastiske idéer, og man synes, man brænder for dem alle, er det umuligt at komme i gang."

Allerede på første møde kom de et spadestik dybere. De talte om økonomiske målsætninger og om rammer for hendes forretning. Og så fik hun opgaver med hjem, som kredsede om det gode liv. Anette Raaby coacher blandt andet stressramte mennesker, så matchet mellem de to var det helt rigtige.

"Jeg skulle reflektere over, hvordan jeg bedst kunne balancere mit arbejdsliv med privatlivet. Jeg har før haft stress og angst inde på livet, og Anette var dygtig til at spotte, at det er vigtigt for mig. Når jeg arbejder med mennesker, der har et overbelastet nervesystem, smerter og stress, duer det slet ikke, hvis jeg kører rovdrift på mig selv. Så hjælper det hverken dem eller mig selv i længden."

Siden begyndelsen har de to mødtes 8-10 gange. Pernille Burø har fået hjælp til

økonomi, netværk, prioritering og meget andet.

Hvad betød det for dig, at du fik en business coach?

"Pludselig havde jeg følelsen af, at jeg har nogen at støtte mig op af. En snor at trække i. Det betød at jeg turde, for jeg havde et sted at rette alle mine spørgsmål og tvivl hen."

Pernille Burø har været til workshops og mødt andre iværksættere, men det er en til en møderne med Anette Raaby, der hjælper hende.

"Jeg har så mange tanker og ideer og bliver hurtigt påvirket af andres ideer. Så for ikke at blive for forvirret, er det bedre med én coach, så jeg kan få 'rengjort min proces,'" forklarer Pernille Burø, der slet ikke er færdig med at udvikle sin forretning.

Hun fortæller, at en del af hendes værktøjskasse i dag er bevidstheden om at række ud efter hjælp. For andre vil gerne hjælpe.

"Med Anette fik jeg hjælp til at hive mig selv ud af skjoldet," fortæller Pernille Burø og tilføjer, "at nye tanker og idéer ophober sig, så det er vist tid til en lille hovedrengørings-session hos Anette." ■

FAKTA

HVEM? Pernille Burø, selvstændig psykomotorisk terapeut og personlig træner.

HVAD: Virksomheden hedder 'Enkle Greb' og tilbyder psykomotorisk terapi, massage og personlig træning. Også i naturen.

KONTAKT: Enkle Greb er på Facebook. Kontakt tlf. 40758262 / pernille@enklegrab.dk

