

Von der Bühne in den Betrieb.

Mentales Training für Frauen in der Hotellerie.

Das Problem das kein Hotel laut ausspricht.

Hotels laufen auf Hochbetrieb. Die Menschen dahinter oft auch, bis es nicht mehr geht.

Schichtdienst. Gästekontakt rund um die Uhr, Privatleben im Hinterkopf. Wechselnde Teams. Hohe Erwartungen. Kaum Zeit für sich selbst. Frauen in der Hotellerie bringen täglich außergewöhnliche Leistung. An der Rezeption. In der Küche. Im Housekeeping. In der Direktion.

Die Fluktuationsrate im Gastgewerbe liegt bei 68 Prozent. 43 Prozent aller offenen Stellen konnten 2024 nicht besetzt werden. Das sind keine abstrakten Zahlen. Das sind echte Menschen, die gegangen sind, weil irgendetwas nicht mehr gegangen ist.

Eine Mitarbeiterin, die gelernt hat, sich emotional zu regulieren kostet weniger als eine die kündigt. Eine Führungsfrau die klar kommuniziert kostet weniger als ein Konflikt, der eskaliert. Ein Team, das unter Druck zusammenhält, kostet weniger als die ewige Suche nach Ersatz.

Was diese Zahlen nicht zeigen: Wie viele Frauen bleiben, aber innerlich schon lange weg sind. Die funktionieren. Liefern. Lächeln. Und dabei still auslöschen.

Was ihnen fehlt ist nicht mehr Wille. Nicht mehr Kompetenz. Was fehlt ist ein Ort der ihnen gehört und die eigene Stimme. Werkzeuge die wirklich funktionieren. Und jemand der weiß, wie man unter diesem Druck klar bleibt, ohne sich dabei zu verlieren.

Es gibt Lauftrainer:Innen /Yogatrainner:Innen für Hotels. Ernährungsberatung. Teambuilding Events. Aber mentales

Training spezifisch für Frauen in der Hotellerie - Frauen die täglich zwischen Service lächeln und innerem Aufschrei balancieren - das gibt es so noch nicht.

Warum genau ich.

Ich bin Bettina Schurek. Mental Trainerin. Speakerin. Zünderin. Meine Hauptsprache entstand als Schauspielerin, Tänzerin, Sängerin & Künstlerin. Die selbe Kunst, eine andere Sprache. Über 20 Jahre auf Bühnen die größer nicht hätten sein können.

Ich kenne Auditions die darüber entscheiden, ob man in den nächsten Monaten Arbeit hat oder nicht.

Probenprozesse in großen Teams, wo jeder unter Druck steht und alle gleichzeitig leisten müssen. Miteinander funktionieren müssen.

8 -11 Vorstellungen die Woche. Doppelvorstellungen an Wochenenden und Feiertagen. Den Moment kurz vor dem Auftritt, wenn der Kopf sagt Ich kann nicht - und der Körper trotzdem auf die Bühne geht.

Das ist kein anderes Leben als das Ihrer Mitarbeiterinnen. Es ist das selbe. In anderen Kostümen.

Die Frau, die um 6 Uhr morgens anfängt und um Mitternacht aufhört kennt diesen Druck. Die Rezeptionistin, die lächelt, während der Gast sie anbrüllt, kennt ihn. Funktionieren müssen, obwohl man keinen guten Tag hat. Die Hotelabteilungsleiterin, die zwischen Eigentümer und Team steht, kennt ihn. Die Hausdame, die ein unterbezahltes Team motivieren soll, kennt ihn.

Ich weiß was es bedeutet in großen Teams unter Hochleistungsdruck zu arbeiten. Ich weiß was passiert, wenn die Energie aufgehört hat, aber die Vorstellung weiterläuft. Wie ein Satz ein ganzes team motivieren und zusammenführen kann, ein anderer alles zum Fall bringen kann.

Und ich weiß was hilft.

Weil ich es selbst tun musste.

Was ich aus der Bühne mitgebracht habe und direkt in Ihren Betrieb einbringe:

Emotional regulieren unter echtem Druck, ohne Pause, in Echtzeit, auch wenn alles gleichzeitig passiert.

Körpersprache als Führungs,- und Verbindungsinstrument, wie man einen Raum betritt und ihn füllt, wie Haltung das Gästeerlebnis beeinflusst, bevor ein Wort gesagt wird.

Die eigene Stimme finden und bewusst einsetzen - nicht die Rolle spielen die andere zugewiesen haben, sondern klar sprechen als die Frau, die man wirklich ist, wählt und in Wirkung tritt.

Rollenarbeit für mehr Selbstverstehen - warum spielen wir bestimmte Muster immer wieder, was liegt darunter, und wie verändert dieses Wissen Kommunikation und Führung.

Große Teams unter Druck - was Teams zusammenhält, wenn alles gleichzeitig brennt, und was sie auseinanderbringt.

Erlebnisse schaffen, die bleiben - ein Gästeerlebnis ist wie eine Vorstellung, es lebt durch die Menschen, die es gestalten. Frauen, die wissen wer sie sind schaffen Momente die Gäste nie vergessen.

Der Unterschied zwischen einer Mitarbeiterin, die funktioniert und einer die wirkt ist nicht Talent. Es ist Bewusstsein. Werkzeug. Training.

Was ich für Ihr Haus anbiete.

Einzelcoaching

Für Frauen die persönliche Begleitung brauchen. Vom Housekeeping bis zur Direktorin. Online oder persönlich. Jede Session ist maßgeschneidert auf das, was gerade wirklich los ist. Emotionale Regulierung. Körpersprache. Kommunikation unter Druck. Stimme und Auftreten. Rollenarbeit und Selbstverstehen. Tools die greifen - auch um 22 Uhr nach einer 12-Stunden-Schicht.

Team Workshops

Für Abteilungen und ganze Teams. Online oder Präsenz. Kein Fachjargon. Keine Theorie die sich nach Seminarraum anfühlt. Echte Arbeit mit echten Situationen aus dem Hotelalltag.

Kommunikation, die klärt, statt zu eskalieren. Körpersprache als Teamwerkzeug. Unter Druck zusammenhalten. Gemeinsam Erlebnisse schaffen die Gäste zu Stammgästen machen.

Führungsfrauen Programm

Für Frauen die zwischen Eigentümer, Team und Gästen stehen. Die führen, ohne zu wissen, wann sie zuletzt im Mittelpunkt standen. Inneres Leadership das von innen kommt. Kommunikation, die führt, ohne zu erschöpfen. Klarheit in Momenten, wo alles gleichzeitig kommt. Resilienz die lange trägt, ohne innerlich leer zu werden.

Was sich verändert.

Eine Mitarbeiterin, die gelernt hat sich emotional zu regulieren kostet weniger als eine die kündigt. Eine Führungsfrau die klar kommuniziert kostet weniger als ein Konflikt, der eskaliert. Ein Team, das unter Druck zusammenhält kostet weniger als die ewige Suche nach Ersatz.

Mitarbeitende im direkten Gästekontakt prägen das Markenerlebnis. Und wer das Markenerlebnis prägt, muss selbst in einem Zustand sein, der das ermöglicht. Nicht weil es schön wäre. Weil es betriebswirtschaftlich entscheidend ist.

Frauen, die wissen wer sie sind und was sie können verändern das Gästeerlebnis. Nicht durch bessere Protokolle. Sondern durch echte menschliche Verbindung die sich kein Employer Branding erkaufen kann.

Mentales Training ist keine Wellness-Maßnahme. Es ist eine der klügsten Investitionen, die ein Hotel machen kann.

Lassen Sie uns sprechen.

Ich entwickle mit Ihnen, was die Frauen in ihrem Unternehmen wirklich brauchen. Kein Pauschalpaket. Kein Standardprogramm. Sondern genau das, was Ihre Mitarbeiterinnen brauchen um zu bleiben, zu wachsen und zu leuchten.

Einzelcoaching ab 225 Euro. Team Workshops auf Anfrage. Kostenloses Erstgespräch jederzeit.

Bettina Schurek

Mental Trainerin | Speakerin | Zünderin | Künstlerin

MIND your own business

office@bettina-schurek.at | www.bettina-schurek.at

Ihre Bühne. Ihre Haltung. Ihr Spielfeld.