

Perfektionismus macht krank

 www.nrwz.de/

NRWZ-Redaktion Schramberg



Lene Gammelgaard. Foto: pm

ROTTWEIL (pm) – Gerade kam der Film „Everest“ in die Kinos. Nun wird eine Frau, die damals bei den dramatischen Ereignissen am Mount Everest dabei war in Rottweil sprechen. Sie kommt am 26. September zum Women in business- kurz „wib“-Kongress in der Kreissparkasse.

Wenig bekannt ist, dass unter den Überlebenden der neu verfilmten Tragödie am Mount Everest 1996 auch Frauen waren. Eine davon ist die Dänin Lene Gammelgaard. Sie ist am 26. September als Hauptrednerin beim „woman in business Kongress“ zu erleben. Ihr Thema: Survive – Motivate – Inspire. Persönliche Grenzen sprengen.

Auch fast 20 Jahre nach dem Unglück hat Lene Gammelgaard sehr viel zu sagen. Inzwischen ist sie Unternehmensberaterin und inspiriert andere Menschen dazu, ihre Träume konsequent zu verfolgen. Allerdings nicht um jeden Preis: Die Zumutungen und Anforderungen der Zeit hält sie für absurd. „Wir werden krank, wenn wir versuchen, alles perfekt zu machen.“ Stattdessen müsse jeder den Mut und die Risikobereitschaft haben, neue Wege zu gehen und das eigene Leben aktiv zu gestalten. Um gesund zu bleiben, müsse jeder in der Lage sein, Entscheidungen zu treffen und auszuwählen.

Wichtig sei, realistische Erwartungen zu haben. Frauen sollten keinesfalls auf den Prinzen mit dem weißen Pferd warten, sondern selbst Verantwortung übernehmen und anpacken.

Lene Gammelgaard kritisiert, dass der neue „Everest“-Film aus rein männlicher Perspektive erzählt wird. Die mentale und sportliche Leistung der Bergsteigerinnen komme darin nicht vor. Die Frauen bleiben im Hintergrund. „Sie besetzen hier wieder die klassische Rolle“, sagt Lene Gammelgaard. Beim wib Kongress in Rottweil spricht sie über Strategien, mit denen Frauen das ändern können.

Der Kongress beginnt am 26. September um 16 Uhr und dauert bis 21 Uhr. Info und Anmeldung unter www.pink-gesucht.de