

/ [SWR Aktuell](#) / [Baden-Württemberg](#) / [Heilbronn](#)



Paarberater aus Forchtenberg

"Der Schritt in die Selbstständigkeit macht einem erst mal Angst"

Von Luisa Funk

Matthias Stolla war 21 Jahre lang Zeitungsredakteur, bis er Paarberater wurde. Zusammen mit seiner Frau berichtet er von Vorteilen und Herausforderungen der Selbstständigkeit.

Zwei Jahrzehnte lang arbeitete Matthias Stolla als Zeitungsredakteur. Dann stieg er aus und wurde selbstständiger Trainer und Paarberater. Gemeinsam mit seiner Frau Daniela ist er seit 2004 als Berater in Forchtenberg (Hohenlohekreis) tätig. Stolla war anfangs nur nebenberuflich im Geschäft. Nach acht Jahren stieg er auf Vollzeit um. Die Selbstständigkeit ist für ihn einerseits weiterhin Herausforderung, andererseits auch Erfüllung.

"Damals hat es sich nicht angefühlt wie ein Stups, sondern wie ein Schlag", sagt Matthias Stolla über die Umstrukturierung bei seinem ehemaligen Arbeitgeber. Seine Redaktion bei der Hohenloher Zeitung wurde mit einer anderen zusammengelegt. Zu sehen, dass sich die Bedingungen bei der Arbeit verändern, sei ein Schock gewesen. "Im Rückblick war das aber der richtige Fingerzeig - jetzt oder nie."

Selbstständigkeit? Nur unter den richtigen Voraussetzungen!

Den Gedanken, sich als Trainer selbstständig zu machen, hatte Matthias Stolla schon lange. "Der Schritt macht einem mit Familie und Haus erstmal Angst", erklärt er. Deshalb habe es gedauert, bis die Entscheidung fiel. Als die Umstrukturierung anstand, hatte er aber das Gefühl, dass es Zeit sei, etwas Neues zu machen. Mit einem Aufhebungsvertrag in der Tasche war zumindest ein Jahr Selbstständigkeit finanziell abgesichert.

Auch Ehefrau Daniela Stolla musste ihren Mann "stupsen". Sie wollte, dass er diesen Schritt geht, sagt er. Sie habe gemerkt, er brauche etwas, das ihn wieder erfüllt. Für sie sei schon seit ihrer gemeinsamen Trainerausbildung klar gewesen, dass ihr Mann der geborene Trainer ist. "Nett gesagt: Meine Frau hat mich ermutigt", so Stolla. Im Gegensatz zu Matthias Stolla war seine Frau immer nur Freiberuflerin oder selbstständig.



Das Ehepaar Stolla ist seit 1999 verheiratet, seit 2004 beraten sie gemeinsam Paare. Sie selbst sagen, dass sie sich mit ihren Stärken perfekt ergänzen.

Gehalt in der Selbstständigkeit schwankt

Von der Paarberatung allein können die Stollas nicht leben. Deshalb ist Matthias Stolla noch als Trainer in Unternehmen unterwegs. Sich einen Kundenstamm aufzubauen, dauerte etwa ein Jahr. Doch er wusste durch seine Kontakte in Unternehmen, dass hier Bedarf da ist. Mit seinem festen Redakteursgehalt war die Familie vorher finanziell immer abgesichert. Heute schwankt ihr Umsatz zwar, aber sie verdienen deutlich mehr Geld als vor der Selbstständigkeit.

” Man muss sich daran gewöhnen, dass wirklich nur was reinkommt, wenn man auch Aufträge hat.

Matthias Stolla, Trainer und Paarberater

Für die Stollas ist das Schwierigste an der Selbstständigkeit, die Waage zwischen Geldverdienen und Arbeitslimit zu halten. Auch Krankheitsausfälle müssen kompensiert werden. Dennoch müsse man sich eine Kapazitätsgrenze setzen, so Matthias Stolla. "Da lernen wir noch dazu."

Schicksalsschlag bei Familie Stolla

Das erste Jahr, das bei Matthias Stolla richtig gut lief, war 2019. Doch dann hatte seine Frau einen Schlaganfall, war insgesamt fünf Monate im Krankenhaus und in der Reha. "Da war das Leben wie angehalten, da ging gar nichts mehr", erinnert sich Stolla. Er wohnte zu der Zeit in einem Wohnwagen auf dem Klinikparkplatz, war rund um die Uhr für seine Frau da. Das ist nur wegen der Selbstständigkeit so möglich gewesen, sagt er.

Coronapandemie: Viele kaputte Ehen in der Paarberatung

Die Stollas wollten 2020 wieder durchstarten. Doch dann kam die Coronapandemie, das Unternehmenscoaching musste komplett ruhen. Die Paarberatung konnten sie schnell wieder öffnen. Da konnten sie sich vor dem Ansturm fast nicht retten. "Wir hatten viele zerrüttete Ehen", erinnern sich die Stollas. Viele Frauen seien während des Lockdowns fremdgegangen, weil sie sich nicht wertgeschätzt fühlten. Die Lockdowns haben laut den Paarberatern viele Probleme sichtbar gemacht, die vorher schon da waren.



In einem umgebauten Gartenhaus neben ihrem Wohnhaus in Forchtenberg beraten Daniela und Matthias Stolla Paare und Einzelpersonen.

Zwischen Arbeit und Auszeit

Die Trennung zwischen Beruf und Privatem gelingt den Stollas "mal mehr - mal weniger gut". Sie sprechen oft am Esstisch oder vor dem Schlafengehen über die Paare, die zu ihnen kommen. Deshalb sei es wichtig, sich definierte Auszeiten zu nehmen. Im Urlaub hat sich das Paar striktes Handyverbot verordnet. Matthias Stolla geht regelmäßig seinen Hobbys nach: Musizieren und Radfahren. Für größere Auszeiten schickt seine Frau ihn in die Berge.

Die Stollas sind zufrieden mit ihrem Leben, sagen sie: "Obwohl, wenn die gute Fee vorbeikommt, würde ich mir wünschen, dass meine Frau nicht mehr im Rollstuhl sitzt", sagt Matthias. Seine Frau protestiert: "Ich weiß gar nicht, ob ich einverstanden wäre." Ihr Mann habe sich seit dem Schlaganfall entwickelt. Er sei weniger egozentriert. "Ich würde nicht mehr auf meinen Mann verzichten wollen, so wie er jetzt ist."

Sendung vom

Fr., 27.12.2024 6:00 Uhr, SWR4 BW am Morgen, SWR4

Mehr zum Thema Selbstständigkeit



Ohne Investoren

Start-up Metrucks aus Schwäbisch Hall geht in Serienproduktion

 mit Audio



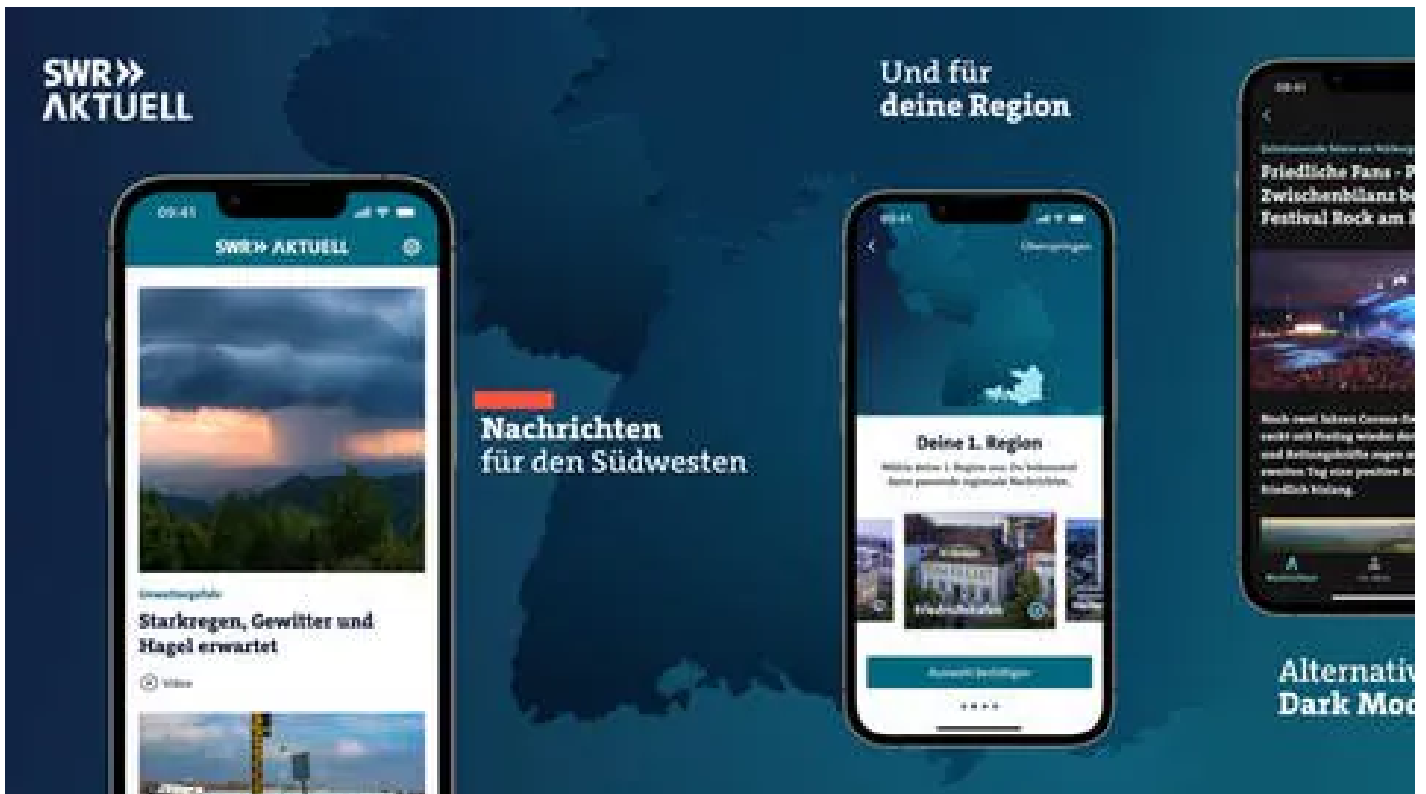
Zulassungsfreie Gewerke boomen

So viele Handwerksbetriebe in Heilbronn-Franken wie nie

 mit Audio

Autor/in: Luisa Funk

Mehr von SWR Aktuell Baden-Württemberg



Aktuell, regional, multimedial

Die SWR Aktuell-App - Nachrichten auf Handy und Tablet

 mit Video


Die wichtigsten News direkt aufs Handy

SWR Aktuell Baden-Württemberg ist jetzt auch auf WhatsApp



SWR Aktuell - der Morgen in Baden-Württemberg

Jetzt abonnieren: Newsletter mit BW-Nachrichten am Morgen!



Reportagen, Shorts und Erklärvideos

SWR Aktuell nun mit eigenem YouTube-Kanal am Start





SWR Aktuell in der Mediathek

Nachrichten im Fernsehen verpasst? [📺](#)