



Be BeAlice

Der Kompass für Mütter zu Selbstfürsorge und Vereinbarkeit

November, 2023

Mütter des 21 Jh. sind in ihrem Alltag massiv überlastet!

Mit der Geburt erleben viele Mütter einen Bedürfnisshift bis hin zur Selbstaufgabe. Gleichzeitig erfolgt eine berufliche Abwertung allein durch die Tatsache der Mutterschaft. Traditionelle Rollenbilder werden plötzlich wirksam und münden in unverhältnismäßig ungleich aufgeteilter Carearbeit. Überhöhte eigene und fremde Erwartungen sowie gesellschaftlicher Druck führen zu Verunsicherung und sinkendem Selbstbewusstsein.

Hier kommen 3 Unternehmerinnen mit Purpose ins Spiel. Moms Matter!

Als Expertinnen im Softwaremanagement, Lean Start-up, systemischen Coaching und Mütterforschung haben sie sich vereint, um die erste App für erfolgreiche Vereinbarkeit auf den Markt zu bringen. Sie soll Müttern helfen, heraus zu finden, wer man ist. Die drei Gründerinnen Saskia Dierkes (36) aus Münster, Karola Theile (42) aus Bernau bei Berlin und Luisa Zylka (33) aus Puchheim bei München haben am eigenen Leib erfahren, wovon sie heute sprechen. „Das macht vielen Angst, deshalb wollen wir in diesem Prozess begleiten“, sagt Saskia. Ihre App verfügt dabei über regelmäßige Check-ins und will die Frauen durch Wachstums- und Bewusstseinsübungen dazu befähigen, Veränderungen anzunehmen, aber auch aktiv anzugehen. Ob es einen Markt für ihr Programm gibt, haben sie vor der Entwicklung der App in ihrer Community mit 500 Mitgliedern getestet. Denn, dass es Bedarf gibt, wussten sie. Deshalb setzt Saskia mit ihrem Team nun darauf, schnell möglichst vielen Müttern ihre App im Abo-Modell zur Verfügung zu stellen.

Die Mission: Vereinbarkeit erfolgreich leben

Die Mutter ist immer noch die zentrale Säule der Familie. Damit auch sie am Arbeitsmarkt teilnehmen kann, ihre mentale Gesundheit erhalten bleibt und sie für ihre Lieben da sein kann, muss Unterstützung geschaffen sein. Im ersten Veränderungsprozess des Mutterwerdens ebenso wie langfristig bei den Herausforderungen als Familie. Saskia, Karola und Luisa treten an, damit jede Frau einfach und kostengünstig Zugang zu Unterstützung erhält, um Selbstbewusstsein aufzubauen, Grenzen zu setzen, zu delegieren und Hilfe anzunehmen.

BeAlice begleitet den Prozess des Mutterwerdens

- Gehe bewusst in die Veränderung
- Erkenne toxische Handlungsmuster
- Entwickle Dein individuelles Vereinbarkeitsmodell
- Hole Dir Dein Selbstvertrauen zurück

Mütter geben uns recht

- 75% fühlen sich nach dem App-Coaching signifikant mehr wertgeschätzt in ihren Rollen.
- 100% erkennen durch BeAlice ihre Bedürfnisse und können diese, wie auch ihre Grenzen deutlich besser kommunizieren und fühlen sich am Ende der Übung auf dem richtigen Weg.

Die Gründungsgeschichte von „BeAlice“

Im Herbst 2021 lernten sich Saskia Dierkes und Karola Theile in der Mompreneurs-Community kennen. Während Saskia entschlossen war, ihre Karriere in eine andere Richtung zu lenken, begann Karola schon Lösungen zu entwickeln, um Mütter in dem Veränderungsprozess zu unterstützen. Es stellte sich schnell heraus, dass sie ein gemeinsames Ziel haben: Einen Weg zu finden, diesen Prozess für Mütter leichter zu gestalten. Dabei war es ihnen wichtig, eine Lösung zu schaffen, die für alle zugänglich ist und so war schnell klar, es wird eine App. Auf ihrem Weg haben Saskia und Karola eine Test-Community aufgebaut und so zusammen mit rund 500 Müttern eine digitale Coaching-App entwickelt. Das Ergebnis ist seit dem 17. November 2023 online. Eine der mitentwickelnden Mütter, Luisa Zylka, ist nun als dritte Gründerin an ihrer Seite und bringt als Softwareentwicklerin eine bis dahin fehlende Komponente mit ein.