

Kölner Stadt-Anzeiger

Bergisch Gladbach - 29.04.2015

BERATERIN UND TRAINERIN AUS BERGISCH GLADBACH

„Frauen tappen immer in die Falle“



Sigrid Meuselbach
Foto: Klaus Daub

Sie fördert das Potenzial und Talente von Frauen - die Bergisch Gladbacherin Sigrid Meuselbach arbeitet als Trainerin und Beraterin. Doris Richter sprach mit ihr über ihre Erfahrungen und ihr neues Buch „Weck die Chefin in dir“.

Frau Meuselbach, Sie sind mehr als 25 Jahre als Beraterin und Trainerin deutschlandweit, in Österreich und in der Schweiz gefragt. War es an der Zeit ein Buch zu schreiben?

Ja, schon. Es macht viel Sinn, über meine langjährigen Erfahrungen ein Buch zu verfassen. Das war meine Motivation dazu.

Ist Ihr Buch „Weck die Chefin in dir“ ein Ratgeber nur für Frauen, die in den Chefsessel wollen?

Für Frauen, die auf dem Weg dahin sind, und sehr wohl für Frauen, die bereits in einer Führungsposition sind. Es sind weniger Tipps, sondern Strategien mit der Zielrichtung: Was muss ich tun? Was kann ich anders machen?

Sollten auch Männer auf Ihr Buch neugierig sein?

Auf jeden Fall! Denn sie erfahren, wie Frauen sprechen und agieren - eben anders. Außerdem kommt der Mann als Trainingspartner immer wieder zu Wort.

Woher wissen Sie so gut, wie Männer denken?

Ich arbeite schon lange mit männlichen Trainingspartnern. Denn ich möchte, dass der Mann authentisch und offen sagt, wie die Frau bei ihm ankommt.

Dabei nehmen die Trainingspartner im Buch kein Blatt vor den Mund. Sie bezeichnen manche Männer im Job als Neandertaler und grobe Klötze.

Genau damit müssen Frauen doch umgehen. Sie sprechen das Kapitel über den Umgang mit Testosterongesteuerten an. Männer achten nun mal auf die Äußerlichkeiten von Frauen. Mir reicht es nicht, dazu zu sagen: „Männer sind blöd“. Das Ziel ist doch, Unterschiede zu verstehen. Wo Männer nicht aus ihrer Haut raus können, müssen Frauen wissen, wie sie richtig reagieren.

Zu laut, zu leise - fehlt Frauen der optimale Mittelweg?

Ja, wir Frauen kennen den Mittelweg noch nicht, weil es an Vorbildern fehlt. Spricht eine Frau deutlich Klartext, ist sie zu dominant. Agiert sie still und leise, wird sie nicht wahrgenommen. Frauen können immer nur in die Falle tappen. Das muss sich ändern.

Hat Sie das Buch Opfer gekostet?

Der Preis ist meine Zeit. 18 Stunden Arbeit täglich - Coaching, Vorträge und parallel das Buch schreiben. Nun kommt die Promotion für das Buch. Dafür bin ich jetzt auch bei Facebook. Der Aufwand war mir absolut nicht bewusst.

Facebook ist also für Sie etwas Neues?

Absolut. Es war meine ganz bewusste Entscheidung, nicht bei Facebook zu sein. Aber nun ist es als Netzwerk enorm wichtig, und ich freue mich über die große Reichweite.

Ihr Buch sollte ursprünglich den Titel "Die Dornröschen-Falle" haben. Warum wurde er geändert?

Wir wollten den Inhalt klarer benennen. Die Dornröschen-Falle führt auf einen anderen Pfad. Und jetzt steht drauf, was drin ist.

Haben Sie schon ein neues Projekt?

Oh ja! „Neustart 50 plus“ heißt es. Das sind Gruppen von Frauen über 50, verteilt in ganz Deutschland, unter anderem auch in Bergisch Gladbach, die im Beruf neu starten wollen. Ich begleite sie als Coachin.

Ein mutiges Vorhaben.

Für die Frauen ist es das auf jeden Fall. Denn Sicherheit und Unabhängigkeit bekommt man nicht zusammen, wenn man beruflich ganz neue Wege geht. Auf eines müssen sie verzichten. Genau darauf bereite ich die Frauen vor und unterstütze sie.

Das Buch

Der Leitsatz von Sigrid Meuselbach ist: "Ich bringe Frauen in Führung und helfe Männern, gut damit zu leben." Aus ihren Erfahrungen hat die 61-jährige Gladbacherin 40 Strategien für mehr Selbstbehauptung im Job entwickelt. Diese Strategien veröffentlicht Sigrid Meuselbach in ihrem Buch "Weck die Chefin in dir". Das Buch ist ab Montag, 27. April, im Handel erhältlich. Es erscheint im Ariston-Verlag, ISBN: 978-3-424-20110-9, 16,99 Euro. (dr)

Artikel URL: <http://www.ksta.de/bergisch-gladbach/beraterin-und-trainerin-aus-bergisch-gladbach--frauen-tappen-immer-in-die-falle-,15189226,30555502.html>

Copyright © 2015 Kölner Stadtanzeiger