



Ran an die Herausforderung und raus mit den Fäusten. Traditionell ist Offensivität keine weibliche Tugend. In der moderneren Berufswelt ist sie das schon.

Fotos: laurent hamels / Fotolia, Meuselbach / imagedb.com, greenapple78 / Fotolia

DURCHBOXEN

Fleiß alleine reicht nicht

Warum Frauen sich in der Berufswelt durchboxen sollten

Frauen verhalten sich in der Berufswelt oft zu bescheiden. Dabei ist entscheidend, auf sich aufmerksam zu machen. Und eindeutig zu sein.

Von Nathalie Klüver

Erinnern Sie sich noch an das „Veilchen im Moose“? Das in fast jedem Mädchen-Poesiealbum zu finden war? Der Ratschlag, sich doch eher bescheiden wie eben jenes Blümelein zu verhalten anstatt wie die stolze Rose „die immer bewundert will sein“. Auch Ermahnungen wie „Bescheidenheit ist eine Zier“ wurden Mädchen gerne mit auf den Weg gegeben. Das prägt viele Frauen. Bis heute.

„Unser größte Fehler ist: Wir Frauen sind zu bescheiden, wir machen nicht auf uns aufmerksam“, sagt auch Sigrid Meuselbach. Die Managementtrainerin und Autorin („Weck die Chefin in Dir“) trifft in ihren Workshops immer wieder auf fachlich bestens ausgebildete, teils promovierte Frauen, die dennoch an sich zweifeln und ihr Licht untern Scheffel stellen. „Wir müssen sagen, was wir können“, mahnt Sigrid Meuselbach deshalb. Es reiche nicht aus, einfach nur fachlich gut zu sein. Das sei ein weit verbreiteter Irrglaube unter Frauen.

So sieht es auch die Autorin Brigitte Witzer („Die Fleißlüge – warum Frauen im Hamsterrad landen und Männer im Vorstand“). Die Trainerin für Veränderungsmana-

gement ist der Meinung: „Wir Frauen sind einer Lüge auf den Leim gegangen. Die Lüge lautet: Wer fleißig ist, kann alles erreichen.“ Doch damit erreiche man allenfalls das mittlere Management, so Brigitte Witzer. In die Toppositionen komme man mit Strategie, Macht und guten Netzwerken.

Frauen zweifeln zu sehr an sich selbst, sie denken zu sehr nach, streben zu sehr nach Perfektionismus, sagt auch Sigrid Meuselbach. Und werden sie mal für ihren Fleiß belohnt und bekommen eine verantwortungsvolle Aufgabe zugeteilt, dann folgt auf dem Fuße die Frage: „Ich soll den Vortrag übernehmen?“ Statt sich zu freuen und zu sagen „Ja, das kann ich, das mache ich“, werde sofort mit Zweifeln und in Frageform reagiert. Ein typisches Verhalten vieler Frauen, hat Sigrid Meuselbach beobachtet. Natürlich nicht bei allen – aber doch bei einem sehr großen Teil, betont die Gender-Expertin.

Oft würden Frauen in der Geschäftswelt von ihren männlichen Kollegen, Vorgesetzten und Geschäftspartnern nicht als ebenbürtig wahrgenommen. Als Frau abgestempelt, allenfalls als fleißige Biene gelobt – aber nicht respektiert. Frauen wollen allen gefallen, es allen Recht machen. Was erstens sowieso nie funktioniert. Und zweitens geht es im Berufsleben nicht primär ums Gefallen, sondern um Respekt. Und den muss man sich erwerben.

Oft sei anerzogenes Verhalten der Grund – siehe die gut gemeinten Poesiesprüche oben, aber auch Gene spielen eine Rolle. Viel wur-

de sich schon in der Kindheit abgesehen. Die Gesellschaft und das soziale Umfeld prägen. Oft ein Leben lang.

Und diese Verhaltensmuster möchte sie mit ihren „Durchbox-Seminaren“ für Frauen aufbrechen. Dabei hilft in jedem Seminar ein männlicher Sparringspartner, mit dem die Teilnehmerinnen reale Situationen nachspielen. Immer und immer wieder. Bis sie ihr ge-

wünschtes Ziel erreichen. Da geht es beispielsweise um die Frage „Was kann man tun, um nicht immer unterbrochen zu werden?“

„Oft haben Frauen Schwierigkeiten damit, mal hart zu sein“, berichtet Sigrid Meuselbach aus ihren Kursen. Führung zu übernehmen, auch mal Abmahnungen auszusprechen, mit der Faust auf den Tisch zu schlagen: Das falle vielen Frauen schwer. Stattdessen flüchten sie sich in Höflichkeitsfloskeln, Fragesätzen oder geschwurbelten Umschreibungen.

Ihr Rat: Klare Message und Erwartungen überbringen statt herumzudrücken. Keine überflüssigen Sätze und Erklärungen, sondern klar sagen, was man erwartet. Meuselbach zitiert in ihrem Buch „Weck die Chefin in Dir“ den Kulturwissenschaftler Robert Greene: „Je mehr Sie reden, desto durchschnittlicher und machtloser wirken Sie. Mächtige Menschen beeindruckt und schüchtern ein, indem sie wenig sagen.“ Was nun nicht heißen soll, dass man in Meetings die männlichen Kollegen reden lässt – dann wird man ebenso wenig wahrgenommen.

Frauen neigen nicht nur zu zu vielen Worten, sondern auch zu „Weichmachern“, die Sätze relativieren, in Frage stellen, Unsicherheit durchklingen lassen, sagt Sigrid Meuselbach. Wörter wie „eigentlich“, „irgendwie“ aber auch ständige Selbstrechtfertigungen oder Vorwürfe, Schuldzuweisungen. Bei Schuldzuweisungen und Vorwürfen gehe bei vielen Männern eine „rote Lampe“ an, warnt die Autorin. Auch wenn sie eigentlich berechtigt wären, sollte man diese Situation vermeiden. Denn

der Gegenüber geht meistens zum Gegenangriff über anstatt über das Gesagte nachzudenken.

„Wenn man weiß, wie die Männerwelt tickt, kann man sich in ihr viel einfacher effektiver bewegen“, sagt Sigrid Meuselbach. Sie vergleicht das mit einem Benimm-Ratgeber, wenn man in ein fremdes Land reist: Man muss nicht zum Chinesen werden, aber wenn man sich der Kultur anpasst, weiß, wie sie funktioniert, kommt man wesentlich besser zurecht.

Denn von Männern kann man auch lernen: Sie gehen Dinge oft nicht so verkrampt an, oft mit einem Augenzwinkern, haben Spaß an der Sache. Sie lösen Konflikte auch mal auf die kumpelhafte Art. Und: Sie machen sich nicht zu viele Sorgen. Während Frauen sämtliche Wemms und Notfälle durchspielen, ist das Motto vieler Männer: Erstmal abwarten. Und oft lösen sich viele Probleme tatsächlich von selbst, noch bevor man Zeit verschwendet hat, darüber nachzutrübeln.

Als Frau kann man sich da etwas abschauen, sagt die Trainerin. Nicht herumzicken. Auch mal mitlachen, wenn ein Chauviwitz fällt. Frauen lassen vieles zu dicht an sich heran, nehmen Dinge zu persönlich. Männer lassen Kritik einfach an sich abperlen. Das tue auch manchen Frauen gut, rät sie.

Nicht zu vergessen: das Netzwerken. „Der größte Teil, der eine Karriere ausmacht, ist das Netzwerken“, sagt sie. Das bedeute für Frauen, auch mal abends ein Bier an der Bar mitzutrinken. Oder auf den Golfplatz gehen. Auch wenn es ein Klischee ist – dort werden immer

noch viele Geschäfte gemacht und Probleme auf kleinem Wege gelöst. Frauen seien da nach wie vor oft außen vor.

Bei allem Abschauen bei Männern will Sigrid Meuselbach aber eines nicht: dass ihre Kursteilnehmerinnen einfach nur die Männer abkupfern und ihre weiblichen Seiten vergessen. Denn Frauen haben auch ihre eigenen Stärken. Wie die Kombination zwischen Sachlichkeit und Emotionen. Den Vorteil der besseren Empathie etwa sollten Frauen stärker ausspielen. „Frauen sollen nicht zum Mann in Frauenkleidern mutieren, sondern Frau bleiben. Es geht nicht darum, der bessere Mann zu werden.“

Sigrid Meuselbach
Pädagogin und
Mediatorin

Die Pädagogin und Mediatorin Sigrid Meuselbach arbeitet seit 25 Jahren als Coach für die Entwicklung von Führungskräften. Neben individuellen Coachings und Vorträgen bietet sie „Durchbox-Trainings“ für Frauen an, in denen sie Frauen aufzeigt, wie man als Frau in der Männerwelt besser besteht, aber auch genauso Frauen-Versteh-Kurse für männliche Führungskräfte. „Ich bringe Frauen in Führung und helfe Männern, gut damit zu leben“, fasst sie selbst ihre Tätigkeit zusammen. Im Ariston Verlag erschien ihr Buch „Weck die Chefin in Dir – 40 Strategien für mehr Selbstbehauptung im Job“.



„Wenn man weiß, wie die Männerwelt tickt, kann man sich in ihr viel einfacher bewegen, effektiver bewegen.“

Sigrid Meuselbach
Pädagogin und Mediatorin