

Wie Frauen in Führung gehen

Zwei neue Bücher stärken Frauen für Berufs- und Privatleben:

„Boost your career, sister!“ und „Unsere Zeit ist jetzt“.

SABINE DEUBLER

Gemeinsam geht es besser. Diesen Appell richten aktuelle Bücher und Trainings an Frauen, die beruflich in Führung gehen wollen. Sie gegenseitig stützen und Wissen und Erfahrungen teilen, damit andere wachsen – lautet ein Rat in Gabriele Strodl-Sollaks Buch „Boost your career, Sister!“. Die Wienerin und Kommunikationstrainerin seit 20 Jahren lässt darin erfolgreiche Frauen aus dem deutschsprachigen Raum über Frauen und Karriere berichten. Auch erzählen die Interviewten über ihren eigenen Aufstieg und Hürden dabei. So rät Natascha Hoffner, Geschäftsführerin der messe.rocks GmbH und Gründerin der Frauen-Karrieremesse „herCareer“, zu „netzwerken, netzwerken, netzwerken“. Das sei allerdings nicht so einfach, sagt Hoffner: „Mein Credo war jahrelang: Dafür habe ich gar keine Zeit! Irgendwann habe ich mir die Zeit genommen und erkannt: Netzwerke ist einfach großartig.“ Ihr Tipp ist, dabei authentisch und nicht verkrampft zu sein. Dann lasse sich der Austausch genießen und als Chance sehen, von jemandem zu lernen.

Als einen von mehreren im Buch beschriebenen „Boosts“ für die eigene Karriere bringt Autorin Strodl-Sollak ein, die richtigen Worte und das passende Storytelling einzusetzen. „Warten Sie nicht, bis Sie durch gute Leistungen im Job ‚entdeckt‘ und befördert werden“, sagt sie. Ziel führend sei es, die oder den Vorgesetzten direkt zu fragen: „Ich möchte mich weiterentwickeln. Was muss ich tun, damit ich befördert werde/die nächste Projektleitung bekomme etc.“ Viele Frauen schwächten sich durch Dauerentscheidungen nachhaltig. Laut unterschiedlichen Studien stammen 75 Prozent der Entschuldigungen von Frauen. „Entschuldigung, darf ich noch darauf hinweisen, dass ...“ oder „Entschuldigung, darf ich kurz stören?“, machten Frauen klein und seien nur bei echten Fehlern angebracht. Manchmal sind es nur drei, vier



Wer einige Tipps beachtet, steigt leichter auf.

BILD: SNIPESHKOV - STOCK.ADOBE

Buchstaben, die die eigene Kompetenz konkurrenzieren. „Ich bin ja NUR die Assistentin“ oder „Darf ich mich KURZ vorstellen?“, lassen sich ersetzen durch „Wie kann ICH Ihnen weiterhelfen?“ oder „Guten Morgen, mein Name ist Julia und ich bin schon gespannt, was wir heute gemeinsam erreichen werden. Ich bin heute hier und vertrete die Sichtweise des Vertriebs.“ Ist noch eine Abklärung nötig, tendieren Frauen rasch zu „Das MUSS ich noch mit Herrn Reiter abklären.“ Aus Sicht der Kommunikationsberaterin wäre besser: „Das werde ich gerne mit Herrn Reiter besprechen und melde mich voraussichtlich am ... bei Ihnen. Ist Ihnen das recht?“

Wovor die Wienerin eindringlich warnt, ist, sich selbst auszubremsten, weil man früher oder später ein Kind haben möchte. Das täten viele gut ausgebildete Frauen in ihren 30ern. Sie vergäben die Chance, mehr Verantwortung im Betrieb zu übernehmen, indem sie sich sagten: „Ich will in absehbarer Zeit Kinder bekommen. Beides, ein leitender Job und Familie wird sich nicht ausgehen.“ Strodl-Sollak sieht unerwünschte Auswir-

kungen auf die Karriere der Frau und auf den Betrieb: „Verzicht zum vermeintlichen Wohle des Arbeitgebers verhindert, die persönliche Kompetenz weiterzuentwickeln, sich zu entfalten und diese Kompetenzerweiterung dem Unternehmen zur Verfügung zu stellen.“ Sie weist darauf hin, dass etwa 15 Prozent der mitteleuropäischen Paare unfruchtbar seien, Frauen also gar nicht sicher von einer Schwangerschaft ausgehen könnten. Und auch wenn ein Kind unterwegs sei, könnten sie mit dem Arbeitgeber Stellvertreterregelungen und vieles mehr zum Wohle aller verhandeln. Gerade Corona habe die Lage vereinfacht, so Strodl-Sollak: „Es war noch nie so leicht wie jetzt, Homeoffice zu verhandeln.“ Auch gehe ein interessanter Job meist Hand in Hand mit besserer Bezahlung – das ergebe eine ganz neue Dynamik in der Frage, wie viel Kinderbetreuung die Mutter und wie viel der Vater übernimmt.

Arbeitet die Frau in ihrem Beruf nach der Familiengründung in Teilzeit, sollte sie keinesfalls „undercover“ gehen. Wichtig ist es gerade dann, sichtbar zu

Wer sich selbstwirksam fühlt, ergreift Chancen eher.



Ute Hamelmann, Martina Hesse

BILD: SNUBAN RUTHS

machen, was sie leistet. Das raten die Schauspielerin Martina Hesse und die Innovationsmanagerin Ute Hamelmann in ihrem humorvoll illustrierten neuen Buch „Unsere Zeit ist jetzt! Das Actionbook für Frauen, die anders leben und arbeiten wollen“. Die beiden Deutschen beschreiben, wie man den „Mental Load“, die tägliche Belastung, die durch das Organisieren des Alltags entsteht, in den Griff bekommt. Sie über den eigenen Wert klar zu werden, sei der erste Schritt. Hamelmann: „Menschen, die sich selbstwirksam fühlen, ergreifen Chancen eher. Sie beamten sich dadurch hinein in eine sich nach oben windende Entwicklungsspirale.“ Denn jedes Lösen einer anspruchsvollen Aufgabe führe wiederum zu einer Erhöhung der eigenen Selbstwirksamkeitserwartung, die einem dann auch für die nächste Hürde genug „Push“ verleihe.

Immmer mehr Frauen, so Ute Hamelmann und Martina Hesse, suchten Wege, sich aktiver zu positionieren und anders als bisher zu leben und zu arbeiten. Im Fokus solle dabei stets die eigene Balance bleiben. In all der Vielfalt gelte es zu fokussieren, wohin man wolle, wo Kraftfelder lägen, die einen auf dem eigenen Weg unterstützten, und immer wieder zu überprüfen, was man möglicherweise weglassen könne.

Gabriele Strodl-Sollak: „Boost your career, Sister!“, 2021. Bestellung unter WWW.BOOSTYOURCAREERSISTER.COM

Ute Hamelmann, Martina Hesse: „Unsere Zeit ist jetzt!“, Murrmann-Verlag, 2021, 244 S. ISBN 978-3-86774-680-9.