

## Als Frau selbstbewusst in Führung gehen

*Frauen tun sich in Führungspositionen oft schwer*

Studien belegen: Frauen sind ebenso gute, wenn nicht sogar bessere Führungskräfte als Männer. Sie können mit Misserfolgen besser umgehen, sind teamorientierter und sogar risikobereiter. Dennoch bedeutet der Aufstieg in eine Führungsposition für viele auch den Beginn eines langen Kampfes - gegen Vorurteile, Neid und sogar gegen sich selbst. Aber Frauen können lernen, ihre Führungsposition erfolgreich auszufüllen. Die Business-Trainerin Waltraud Wagner mit Tipps und Hintergründen:

Was sind die größten Unterschiede in männlicher und weiblicher Führung?

Waltraud Wagner: Zunächst: Es gibt keinen männlichen oder weiblichen Führungsstil. Eine Frau kann genauso autoritär führen wie ihr männlicher Kollege. Die Bewertung des gleichen Verhaltens fällt in einer meist abendländisch geprägten Gesellschaft allerdings unterschiedlich aus. So wird bei Frauen in Führungspositionen mehr auf die typisch weiblichen Eigenschaften wie Empathie und Anpassungsfähigkeit geachtet. Als typisch männliche Skills gelten Durchsetzungsvermögen, Ehrgeiz und Entschlossenheit.

Frauen wollen keine emotionslose Arbeitsatmosphäre, die von Machtkämpfen geprägt ist. Sie setzen auf einen kooperativen Führungsstil, bei dem die Zusammenarbeit und Mitwirkung bei Entscheidungen eine wesentliche Rolle spielt.

Frauen kommen deutlich seltener in Führungspositionen und viele tun sich darin schwer. Welche Ursachen sehen Sie?

Waltraud Wagner: Frauen ordnen sich naturgemäß gern unter und haben den Drang nach Harmonie. Schon im Kindergarten war die "Bestimmerin" in der Spielgruppe nicht gern gesehen. Es ging darum, gemeinschaftlich an einem "Projekt zu arbeiten" und sich dabei wohlfühlen. Ganz anders bei den Jungen: Da wurden Hierarchien ausgehandelt und der "Anführer" sagte, wo es lang ging. So bekamen Jungen das bessere Rüstzeug für's spätere Berufsleben mit. Viele Frauen werden in ihren Handlungen auch von Glaubenssätzen wie "Sei brav, dann haben dich alle lieb" oder "Bescheidenheit ist eine Zier" beeinflusst. Vielleicht sind das die Gründe, weshalb sich Frauen in der Führungsrolle unwohl fühlen und es oft schwer fällt, Entscheidungen zu treffen und dazu zu stehen.

Fehlt es Frauen an Selbstbewusstsein?

Waltraud Wagner: Frauen sind heute emanzipiert und gleichberechtigt und stehen in Beruf und Familie ihre Frau. Deshalb kommt in meinen Coachings auf die Frage nach dem Selbstbewusstsein auch meist die Antwort: "Klar bin ich selbstbewusst."

Meine Meinung: Selbstbewusstsein ist vorhanden, aber es wird nicht aktiv gelebt und ist oft situationsabhängig. Man stelle sich eine Abteilungsleiterin vor, die selbstbewusst und zielorientiert ihr Team führt, wenn sie jedoch zum Quartalsbericht beim Oberboss antreten muss, schlottern ihr regelmäßig die Knie.

Sicherheit und Vertrautheit sind bei Frauen das Fundament für ein stabiles Selbstbewusstsein. Daher wundert es nicht, dass unbekannte bzw. unerwartete Situationen für Frauen eine große Herausforderung sind. Ein plötzlicher Total-Crash des Computersystems, mehrere Krankmeldungen und andere betriebliche "Katastrophen" erfordern schnelle Entscheidungen. Weibliche Soft Skills helfen hier nicht weiter und Frauen fühlen sich hilflos ausgeliefert. In einem Coaching können Frauen lernen, mit schwierigen Situationen souverän umzugehen und selbstbewusst zu handeln.

Wie äußert sich mangelndes Selbstbewusstsein?

Waltraud Wagner: Dem natürlichen Harmoniebedürfnis folgend ordnet Frau sich unter, steckt zurück, lenkt ein und sorgt für Ausgleich. Dieses Verhalten ist durchaus positiv, wird es im Führungskontext jedoch nur intuitiv eingesetzt, kann das zu Problemen führen.

Ein Beispiel: Ein typischer Fehler ist, dass Chefin zuerst die Meinungen der Mitarbeiter einholt und erst dann mit ihren eigenen Vorstellungen herausrückt. Frauen tun dies, weil sie unbewusst nach Unterstützern suchen. Hindernisse sollen im Vorfeld minimiert werden. Der gefühlte Grad an Verantwortung wird kleiner.

Das Problem: Findet sich niemand mit der gleichen Meinung, tut Frau sich schwer, ihre Vorstellungen dann noch durchzusetzen. Gerade Männer werten ein derartiges Verhalten als einen Mangel an Durchsetzungsvermögen und Entschlossenheit und können oder wollen der Chefin nicht folgen. Frauen in Führungspositionen sollten mit klaren Ansagen ihre Meinung kundtun und erst dann fragen, ob es Anmerkungen dazu gibt.

Welche Rolle spielt die Körpersprache?

Waltraud Wagner: Wir kommunizieren nicht nur über die Sprache, sondern natürlich auch über unseren Körper. Führungsstarke Menschen strahlen Kraft, Durchsetzungsvermögen, Selbstbewusstsein und Stärke aus. Haben Sie in einem Meeting schon einmal Männer und Frauen beobachtet? Männer stehen auf, lehnen sich über den Tisch, machen ausladende Gesten, strecken sich, berühren andere und sprechen laut. Frauen sitzen meist mit übereinander geschlagenen Beinen da und haben die Arme eng am Körper. Während Männer Größe und Stärke demonstrieren, machen Frauen sich körperlich klein, sprechen leiser und unterwerfen sich so unbewusst.

Der richtige Einsatz von Körpersprache kann Frauen in ihrer Führungsrolle mehr Ausdruck verleihen und stärkt natürlich auch das Selbstbewusstsein. In unseren Seminaren lernen die Teilnehmerinnen in Rollenspielen, wie sich führende und unterwerfende körpersprachliche Signale anfühlen und sie trainieren, die Persönlichkeit stärkende Signale bewusst einzusetzen.

Sind Emotionen und Gefühle ein Fehler?

Waltraud Wagner: Ganz im Gegenteil: Gefühle helfen uns, Ereignisse einzuschätzen und Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln - viel schneller, als dies mit bewusstem Denken möglich ist. Wir wären schlecht beraten, wenn wir uns nur auf die Vernunft verlassen würden.

Wer gut zuhören kann, seine Gesprächspartner respektiert und auf diese einfühlsam eingeht, wird als sympathischer Mensch wahrgenommen. Einfühlungsvermögen ist ein elementares Soft Skill, das besonders Frauen zugeschrieben wird. Weibliche Eigenschaften werden in Führungspositionen zukünftig stärker gefragt sein. Mitarbeiter wünschen sich, dass ihre Meinungen gehört werden und vom Management mehr auf ihre Wünsche und Bedürfnisse eingegangen wird. Chefs müssen aufmerksamer sein, sensibler reagieren und einen Interessensausgleich finden. Frauen können hier punkten, wenn sie ihre naturgegebenen empathischen Fähigkeiten bewusst zum Nutzen des Unternehmens einsetzen.

## Workshop-Reihe "Frauen in Führung"

Eine nachhaltige Führung geschieht über die Persönlichkeit des Führenden. Ist diese wahrnehmbar und präsent, wird der Person vertrauensvoll begegnet und gefolgt. Dazu bietet das MINDMARKETING Institut eine neue Workshop-Reihe für Frauen an, bei der die Teilnehmerinnen ihre persönlichen Fähigkeiten entdecken, diese zur Stärke entwickeln, in den Führungskontext bringen und gezielt oder zurückhaltend einzusetzen lernen.

Dabei geht es nicht darum, weibliche Kommunikationsmerkmale abzutrainieren und durch männliche Erfolgs Skills zu ersetzen. Wir möchten Frauen helfen, sich ihres eigenen und dem Kommunikationsverhalten männlicher Kollegen bewusst zu werden. Wenn Frau weiß, was ihre weibliche Kommunikation ausmacht und wo in einer von Männern dominierten Business-Welt die Stolperfallen liegen, kann sie ihr Verhalten anpassen und selbstbewusst, souverän und zielorientiert handeln.

Kostenloser Infoabend "Frauen in Führung" in vielen Städten

Mehr Informationen, Termine und Anmeldung:

Telefon: 09355-975125

Webseite: <http://www.mindmarketing.de/Info-Abend.html>

Gratis E-Book: Was Sie schon immer über Feedback wissen wollten

Download-Link: <http://www.mindmarketing.de/feedback-e-book.html>

Zur Person:

Waltraud Wagner, Jahrgang 54, ist Dipl. Sozialpädagogin für Erwachsenenbildung, Heilpraktikerin mit staatl. Anerkennung, Hypnose-Therapeutin nach M. Erickson und Business-Coach. Seit 2000 berät und coacht sie Menschen in eigener Praxis und arbeitet als Trainerin in mittelständischen Unternehmen. Zudem führt sie seit 2007 als Lehrcoach im MINDMARKETING Institut Coach- und Hypnoseausbildungen durch und begleitet Menschen bei ihrer persönlichen Entwicklung.

## Pressekontakt

Gruenderplan24.de

Frau Sylke Zegenhagen  
c/o Gruenderplan24.de .  
97080 Würzburg

gruenderplan24.de  
info@gruenderplan24.de

## Firmenkontakt

MINDMARKETING Institut

Herr Rolf Söder  
Oberer Weg 12  
97846 Partenstein

mindmarketing.de  
info@mindmarketing.de

Seit 2004 bildet das MINDMARKETING Institut Firmen- und Privatkunden im Bereich Persönlichkeitsentwicklung weiter. Das Unternehmen bietet individuelle Trainings rund um die Kommunikation. Die auf jeden Kunden abgestimmten Maßnahmen finden Inhouse oder in der "Alten Schule" in Partenstein statt. Expertenwissen und die Methoden aus NLP, TZI, Hypnose und Systemik sowie professionelle Trainer mit langjähriger Berufserfahrung sind die Basis des hohen Qualitätsstandards.

Video: <http://www.youtube.com/watch?v=WtYHM0rHXIO>

Anlage: Bild

