



In 30 Minuten
wissen Sie
mehr!

MINUTEN

Katja Kruckeberg
Felix Maria Arnet

**So kommen
Frauen
in Führung!**

GABAL

**Katja Kruckeberg
Felix Maria Arnet**

30 Minuten

So kommen Frauen in Führung

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Umschlaggestaltung: die imprimatur, Hainburg

Umschlagkonzept: Martin Zech Design, Bremen

Lektorat: Eva Gößwein, Berlin

Grafiken: Katja Kruckeberg, Wiesbaden

Foto Katja Kruckeberg: Das Atelier, Mainz

Foto Felix Maria Arnet: Simon Stobbe, Eschborn

Satz: Zerosoft, Timisoara (Rumänien)

© 2018 GABAL Verlag GmbH, Offenbach

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags.

Hinweis:

Das Buch ist sorgfältig erarbeitet worden. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder die Autor_innen noch der Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gemachten Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.

ISBN 978-3-95623-726-3

In 30 Minuten wissen Sie mehr!

Dieses Buch ist so konzipiert, dass Sie in kurzer Zeit prägnante und fundierte Informationen aufnehmen können. Mithilfe eines Leitsystems werden Sie durch das Buch geführt. Es erlaubt Ihnen, innerhalb Ihres persönlichen Zeitkontingents (von 10 bis 30 Minuten) das Wesentliche zu erfassen.

Kurze Lesezeit

In 30 Minuten können Sie das ganze Buch lesen. Wenn Sie weniger Zeit haben, lesen Sie gezielt nur die Stellen, die für Sie wichtige Informationen beinhalten.

- *Alle wichtigen Informationen sind blau gedruckt.*
- Schlüsselfragen mit Seitenverweisen zu Beginn eines jeden Kapitels erlauben eine schnelle Orientierung: Sie blättern direkt auf die Seite, die Ihre Wissenslücke schließt.
- *Zahlreiche Zusammenfassungen innerhalb der Kapitel erlauben das schnelle Querlesen.*
- Ein Fast Reader am Ende des Buches fasst alle wichtigen Aspekte zusammen.
- Ein Register erleichtert das Nachschlagen.



Inhalt

Vorwort	6
1. Frauen in Führungspositionen	9
Warum Unternehmen von Gender Diversity profitieren	10
Wie die Realität aussieht	11
Die gläserne Decke verstehen	13
2. Führung beginnt im Kopf	19
Destruktive Denkmuster und Glaubenssätze erkennen	20
Was die Gehirnforschung dazu sagt	24
Erfolgsstrategien und nützliche Gewohnheiten	29
3. Führungsstile: stark und feminin	37
Führen Frauen besser als Männer?	38
Die sechs Führungsstile nach Goleman	41
Führungsstil – ein Schnelltest	48
4. Die neuen Spielregeln der Kommunikation	53
Feminine und maskuline Kommunikationsmuster	54
Das Push-Pull-Modell der Kommunikation	56
Sechs Tipps für eine starke feminine Kommunikation	61

5. Die nonverbale Sprache der Macht	65
Persönliche Macht und nonverbale Kommunikation	66
Sich stark bewegen und sich stark fühlen	70
Zehn Tipps, um die häufigsten Fehler zu vermeiden	73
6. Externe Ressourcen mobilisieren	79
Megatrend Kollaboration	80
Coaching unter Kolleginnen	82
Sechs Erfolgs-Tipps zum Netzwerken 4.0	83
Fast Reader	89
Die Autoren	94
Weiterführende Literatur	95
Register	96

Vorwort

Wir konzentrieren uns in diesem Buch vornehmlich auf das Thema Führung im Kontext von Beruf und Karriere. Aber das heißt nicht, dass Sie sich in Ihrem Denken und Handeln auf diesen Lebensbereich beschränken sollten. Alle hier geteilten Einsichten lassen sich auch auf alle anderen Lebensbereiche übertragen.

Stellen Sie sich also die Frage, in welchem Bereich Ihres Lebens Sie in Führung gehen möchten. Wollen Sie eine Führungsposition in Ihrem Unternehmen einnehmen? Was konkret schwebt Ihnen vor? Ganz sicher finden Sie in diesem Buch viele Anregungen, um Ihre Führungsstärke auszubauen. Aber auch wenn Sie Ihre Lebensträume verwirklichen wollen, müssen Sie Führungsstärke beweisen. Für den lang gehegten Traum eines Sabbaticals und einer Reise nach Neuseeland brauchen Sie die entsprechenden kommunikativen Fähigkeiten, um Ihren Chef/Ihre Chefin von diesem Unternehmen zu überzeugen. Sie brauchen positive Glaubenssätze, die Sie überhaupt erst ins Handeln kommen lassen. Oder Sie möchten sich in Ihrem familiären Umfeld besser durchsetzen: Sie werden erstaunt sein, dass die sechs Führungsstile, die Sie zum Beispiel in Kapitel 3 dieses Buches kennenlernen, sich genauso für den Umgang mit Ihren eigenen Kindern eignen, wie sie hilfreich sein können, um eine bessere Führungskraft im Unternehmen zu werden. Führung ist nicht eindimensional und kommt nicht erst mit der Beförderung zur

Teamleiterin daher. Führung passiert immer und überall, wo Menschen aktiv sind, die einen gewissen Reifegrad im Leben erreicht haben und andere Menschen (im besten Sinne: positiv) anleiten und beeinflussen möchten.

Der Rat, den wir unseren Leserinnen geben möchten, lautet: Fokussieren Sie Ihre Denk- und Handlungsenergie. Um sich als Frau auf die vielen positiven Möglichkeiten zu konzentrieren, die unsere Zeit trotz aller Begrenzungen bietet, ist es wichtig, unsere Aufmerksamkeit klug zu fokussieren. Denn wahr ist auch: Trotz Bestehen der sogenannten gläsernen Decke hatten Frauen in der Geschichte der Menschheit noch nie so viele Möglichkeiten, zu handeln und erfolgreich zu sein, wie in der Gegenwart.

Deshalb möchten wir uns in diesem Buch auf die Faktoren konzentrieren, die Frauen direkt beeinflussen können und die dabei helfen, die Glasdecke zu durchbrechen. Wir möchten Sie dabei unterstützen, positive Glaubenssätze zu entwickeln, verschiedene Führungsstile auszuprobieren und Ihre verbalen und nonverbalen kommunikativen Fähigkeiten auszubauen. Darüber hinaus möchten wir Sie inspirieren, nicht nur auf Ihren IQ, sondern auch auf Ihren WeQ zu setzen, sich stärker zu vernetzen und durch die Methode des Freundinnen-Coachings zu unterstützen.

Kurzum: Wir möchten mit Ihnen die Erfolgsstrategien teilen, die es Ihnen ermöglichen, Ihr Potenzial voll und ganz auszuschöpfen.



30 MINUTEN

Wie hängen Gender Diversity und Unternehmenserfolg zusammen?

Seite 10

Wie steht es heute um die Gender Diversity in deutschen Unternehmen?

Seite 11

Woraus besteht die gläserne Decke, die Frauen am Aufstieg hindert?

Seite 13

1. Frauen in Führungspositionen

Wenn Du einen Fisch danach beurteilst, ob er auf einen Baum klettern kann, wird er sein ganzes Leben lang glauben, dass er dumm ist.

Albert Einstein zugeschrieben

Es ist an der Zeit, dass Frauen mit einem neuen Selbstverständnis in Führung gehen. Davon profitieren nicht nur die Frauen selbst, sondern auch die Unternehmen, für die sie arbeiten. In diesem Buch möchten wir Frauen ermutigen, selbstbewusst ihren Weg zu gehen und Erfolg nach ihren persönlichen Maßstäben zu definieren – trotz aller Hindernisse, die ihnen dabei bewusst oder unbewusst in den Weg gestellt werden.