

„Männer greifen zum verbalen Hammer, Frauen ergreifen die Flucht“

Informationen zum Training speziell für Frauen:
<http://www.koru.one/>

Alleine als Frau unter Männern. Für die selbstbewusste Frau ist das grundsätzlich kein Problem und die meisten Situationen wird sie gekonnt meistern. Für Frauen, die hier noch üben wollen, gibt Tanja Herzig von Koru Training, Coaching & Consulting aus Dietzenbach Workshops, in denen Frauen souveränes Auftreten gegenüber Kollegen und Kunden lernen können, ohne gleich als Zicke oder Emanze abgestempelt zu werden. Die NEUE REIFENZEITUNG sprach mit ihr.

NRZ: „Nichts gegen die Damen, aber die Herren haben jetzt noch etwas zu besprechen.“ Ist Ihnen so etwas schon mal passiert?

Herzig: So etwas ist mir noch nicht passiert. Trotzdem war ich schon in Situationen, die nicht einfach waren. Einmal hatte ich einen Chef, der mich in seinem Büro anschrie. Das machte er mit vielen Mitarbeitern, auch mit Männern. Zuerst wusste ich nicht, was ich tun sollte, aber weder Zurückschreien noch Weglaufen oder Demutsgesten erschienen mir angebracht. Ich atmete tief durch, stand auf, ging an seinen Schreibtisch und sagte ruhig und mit Nachdruck: „Ich lasse mich von Ihnen nicht anschreien. Gerne bespreche ich das mit Ihnen, wenn Sie sich beruhigt haben. Melden Sie sich dann einfach.“ Das tat er und sprach später ganz ruhig mit mir. Er hat mich nie wieder angeschrien.

NRZ: Gibt es für Frauen nur diese zwei Wege: alles weglächeln oder Haare auf den Zähnen zeigen?

Herzig: Definitiv nicht! Und das ist der Grund, warum ich das Training „Frau und erfolgreich“ ins Leben gerufen habe. Viele Frauen denken, dass sie eben nur diese beiden Optionen haben: Entweder sie sind das liebe lächelnde Frauchen, mit dem man(n) alles machen kann – oder sie sind die Zicke oder Emanze, mit der man(n) sowieso nicht reden kann. Dem ist aber nicht so. In meinen Trainings helfe ich Frauen dabei, ihre Wirkungsfaktoren bewusst und gekonnt einzusetzen, damit sie als kompetente und souveräne Chefin, Geschäftspartnerin, Kollegin, Mitarbeiterin wahrgenommen und ernst genommen werden.

NRZ: Sie beschäftigen sich in Ihren Trainings mit dem Modul „weibliche Fähigkeiten“. Welche sind das?

Herzig: Für mich ist eine typische „weibliche Fähigkeit“ emotionale Intelligenz. Und die haben Frauen Männern bewiesenermaßen voraus. Sobald die Teilnehmerinnen die Wirkungsweise, Tricks und Kniffe von nonverbaler Kommunikation und dem Einsatz von Stimme und Sprache kennen, können sie auch die Möglichkeiten nutzen, die emotionale Intelligenz bietet: Also klar auf der Sachebene sein, ohne auf die Beziehungspflege zu verzichten.

NRZ: Wie kommen diese gezielt zum Einsatz?

Herzig: Emotionale Intelligenz befähigt die Menschen, eigene Emotionen und die anderer erkennen zu können. Dadurch können wir individuell auf unsere Mitmenschen eingehen, Mitgefühl zeigen und auch auf die Gefühle Einfluss nehmen. Emotionale Intelligenz ist so

mit der Grundstein zwischenmenschlicher Beziehungen. Selbstverständlich besitzen nicht nur Frauen emotionale Intelligenz – aber sie sind besser darin als Männer. Das macht es Frauen einfacher, Beziehungen aufzubauen. Das ist einer der Gründe, warum Frauen gut in Kundengesprächen sind.

NRZ: Wie funktionieren Männer? Wie funktionieren Frauen?

Herzig: Das ist eine brisante Frage. Und doch lassen sich bei Männern und Frauen gewisse Verhaltensmuster bestimmen – wobei Ausnahmen auch hier die Regel sind. Männer sind zum Beispiel konkurrenzorientiert, Frauen kooperativ und stellenweise sogar harmoniesüchtig. Männer greifen zum (verbalen) Hammer, Frauen ergreifen die Flucht. Männer möchten sich durchsetzen, Frauen möchten gemocht werden und Beziehungen pflegen.

NRZ: Wie kann ich als Frau mein Wissen über das Funktionieren von Männern gezielt einsetzen?

Herzig: Da gibt es einen Strauß an Möglichkeiten. Jede Frau sollte für sich entscheiden, welche Verhaltensweisen ihr am meisten liegen. Zum Beispiel ist der Blick eine sehr effektive Waffe. Oft greifen Männer hart an und erwarten (unbewusst) die „Flucht“ der Frau: Verbales Einknicken, Ducken, Schmollen, Weglaufen. Wenn Frauen in so einer Situation standhaft bleiben und ihrem Gegner einen erbarmungslosen Blick zuwerfen, ist ihm bald klar, dass diese Taktik nicht funktioniert. Oft kann man danach wieder unbelastet auf der Sachebene weitersprechen.

NRZ: Wie reagiere ich auf Ablehnung?

Herzig: Nein. Dieses Wort ist für viele Menschen – nicht nur Frauen – ein Problem. Wir können häufig nur sehr schlecht mit Ablehnung umgehen. Frauen können es aber besonders schlecht. Warum? Frauen vermengen oft die Sach- und die Beziehungsebene, für sie ist es eine Ebene. Höre ich als Frau also ein Nein, dann bedeutet das für mich nicht die Ablehnung einer Sache, sondern die Ablehnung meiner ganzen Person. Und das ist für mich, die Harmonie und Beziehungspflege liebt, ein absoluter Dolchstoß in mein Herz. Und wie ein physischer Dolchstoß führt auch dieser mentale zu einer Handlungsunfähigkeit, einer Lähmung. Da Ablehnungen aber normal sind und zum täglichen Leben gehören, ist es für Frauen elementar zu lernen, damit umzugehen.

christine.schoenfeld@reifenpresse.de

