

Mag^a. Monika Herbstrith

2-fache Mutter

Geschäftsführende Unternehmerin von

Impuls & Wirkung – Herbstrith Management Consulting GmbH

Schwerpunktthema: unternehmensweite KundInnen- und Serviceorientierung
auf der Basis von MitarbeiterInnen- und Qualitätsorientierung

www.impuls.at



**Jonglieren mit der Rollenvielfalt:
Von der Mehrfach-Last zur Lust an der Vielfalt**

„Wie viele Hüte passen auf Ihren Kopf?“ Immer wieder reizen Frauen ihre Möglichkeiten des Jonglierens unterschiedlicher Rollen aus: als Mutter, Partnerin, Tochter, Freundin, Netzwerkerin, Berufstätige vergessen sie sehr oft, dass sie auch eine individuelle Frau sind. Diese Gestaltungsmöglichkeiten machen ja auch viel Freude - wenn da nicht immer wieder das Damoklesschwert wäre: Hoffentlich bringe ich alles unter einen Hut und nichts durcheinander!

Zielkonflikte sind vorprogrammiert, kreatives Zeitmanagement ist erforderlich. Das alte Frauenleiden „schlechtes Gewissen“ findet einen fruchtbaren Nährboden: Irgendetwas kommt immer zu kurz. Perfektion und Harmoniestreben entpuppen sich dabei als große Fallen. Der Grat zur Selbstüberforderung und zum Ausbrennen ist schmal. Zu gut können tüchtige Frauen wahrnehmen, was andere brauchen und um welche scheinbar herrInnenlose Probleme frau sich kümmern muss. Nur schade, dass wir dabei auch verlernt haben, auf unsere eigenen Bedürfnisse zu achten.

„Wem gehört das Problem? Ist es wirklich meines? Ist es meine Energie Wert?“ sind wichtige Frage des Abgrenzens – vorausgesetzt frau hat gelernt, Prioritäten zu setzen und „NEIN“ zu sagen!

Klare Ziele und angestrebte (realistische!) Ergebnisse sind der Grundstoff wahrer und nachhaltiger Motivation: Nämlich das Bewusstsein, Sinnvolles zu bewirken und die Freude, Erfolge einzufahren. Sich über (Teil-)Erfolge und erreichte (Zwischen-)Ziele zu freuen, ist eine wunderbare Energie-Tankstelle, um dann wieder hurtig weiterzuwerken.

Legen Sie sich – so wie ich – eine „Nettigkeitskollektion“ an: Wann immer ich positives Feed-back bekomme, freue ich mich darüber und stelle es in meine Sammlung. Aus meinen persönlichen erzielten Erfolgen ziehe ich an „grauen Tagen“ meine Kraft, um wieder aktiv handeln zu können! Es ist vernünftig, mehr von dem zu tun, das sich bewährt hat – und gleichzeitig bereit zu sein sich kontinuierlich weiter zu verbessern! Natürlich lerne ich auch aus negativem Feed-back, Fehlern und Problemen. Aber Gelungenes ist die bei weitem ergiebige Quelle für zukünftige Erfolge.

Beginnen Sie den Tag mit der Frage „Worauf freue ich mich heute?“ und beschließen Sie ihn damit, dass Sie sich aufschreiben, was Ihnen gut gelungen ist, was Sie erledigt haben und worüber Sie sich gefreut haben. Probleme brauchen Sie nicht aufschreiben, die haben ohnedies die Eigenheit, dass sie in unserem Gedächtnis viel besser haften bleiben!

In der Rollenvielfalt steckt aber auch ein ungeheures Potenzial: es ist ein permanentes Management-Intensivtraining. Das Bundesministerium für soziale Sicherheit, Generationen und Konsumentenschutz hat durch eine Studie belegen lassen, welcher Wert in den Familienkompetenzen steckt!

Warnen möchte ich vor der Falle der falschen Bescheidenheit: Frauen ist vielfach ihre Leistung gar nicht bewusst. Sie übersehen glatt ihre Erfolge! Nach wie vor höre ich immer wieder „ich bin nur im Haushalt“. In meinem Verständnis ist das Multi-Lebens-Management und eine höchst verantwortungsvolle Aufgabe! Würde man die Haushaltsagenden an eine externe Haushälterin auslagern, würde man schnell merken, wie viel mehr das Management eines Haushalts mit mehreren Personen umfasst! Es ist so schade, wenn man Leistungen nur dann wahrnimmt, wenn sie nicht mehr da sind.

Frauen sind es gewohnt, in Systemen ganzheitlich zu denken und mehrere Aufgaben parallel zu schaukeln. Die Fähigkeiten zum Beziehungsmanagement werden in unserer Dienstleistungs- und Informationsgesellschaft immer wichtiger – und darin sind Frauen wirklich Top-Profis!

Die Wirtschaft wird es sich immer weniger leisten können, auf die weiblichen Perspektiven und die Lösungsansätze der Frauen zu verzichten genauso wie in unserer Gesellschaft eine weitere vaterlose Generation verheerend wäre. Gefragt ist eine wertschätzende Kooperation zwischen Frauen und Männern!

Sagen Sie dem klassischen Frauenirrtum den Kampf an: Wir sehen immer an den anderen, was sie gut machen und an uns selbst, was wir schlecht machen. Gehen Sie ab sofort mit einem anderen Muster durch die Welt zu gehen: Was kann ich schon gut und was möchte/kann ich noch von anderen lernen?

Dringend aufhören müssen wir damit, dass sich Frauen mit unterschiedlichen Lebensmodellen gegeneinander aufhetzen lassen: Karrierefrauen mit Kindern müssen sich den Vorwurf gefallen lassen, dass sie Rabenmütter sind und Ihnen die Kinder später Vorwürfe machen werden. Frauen in kinderlosen Beziehungen hören immer wieder, dass sie egoistisch sind und im Alter einsam sein werden. Single-Frauen ernten Spott, dass es typisch ist, dass es keiner mit ihnen aushält, weil sie karrieregeil sind. Und Frauen, die den beruflichen Ehrgeiz zugunsten der Kinder zurückgestellt haben, bekommen auch ungefragt die Rückmeldung, dass das nicht zeitgemäß ist und ihnen die Decke auf den Kopf fallen wird, wenn erst die Kinder aus dem Haus sind. Moral von der Geschichte? Keines der Modelle ist von Vorwürfen gefeit. Das heißt wir Frauen können es ohnehin nie allen anderen Recht machen.

Wir haben daher die volle Wahlfreiheit und dürfen für uns entscheiden, welches der Modelle am besten zu unseren Vorstellungen eines erfüllten Lebens passt!

4761