



([HTTP://WWW.BILD.DE/](http://www.bild.de/))



MUT, TEAMWORK, NATÜRLICHKEIT

Mit Pippi-Langstrumpf-Taktik zum Job-Erfolg



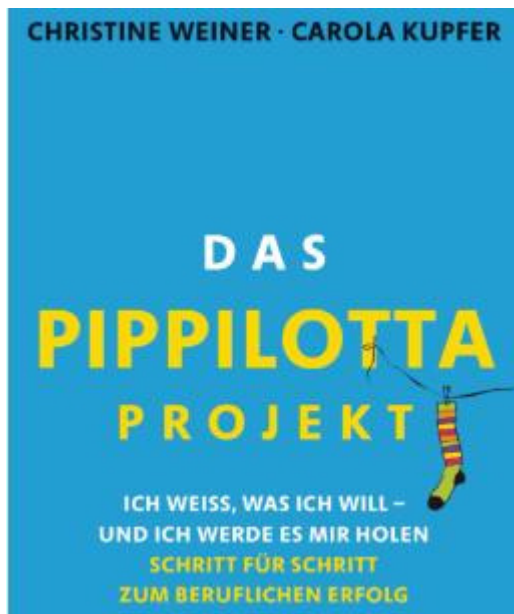
Pippi Langstrumpf, wie sie viele aus ihrer Kindheit kennen: fröhlich und selbstbewusst. Christine Weiner und Carola Kupfer haben überlegt, wie eine erwachsene Pippilotta wohl im Job agieren würde

Foto: dpa Picture-Alliance

14.06.2016 - 17:02 Uhr

Frech, natürlich, stark und mutig – das ist Pippi Langstrumpf, wie die schwedische Schriftstellerin Astrid Lindgren sie erfand. Diese Eigenschaften stecken in jeder Frau, sagen Christine Weiner und Carola Kupfer, manchmal vergessen sie das allerdings. Die beiden Autorinnen appellieren an alle Frauen, sich auf ihre innere Pippi zu besinnen und ihre Stärken im Job einzusetzen.

Pippi lebt gegen alle Konventionen allein in der Villa Kunterbunt zusammen mit Herrn Nilsson, einem Affen und ihrem Pferd Kleiner



Christine Weiner/Carola Kupfer: „Das Pippilotta Projekt“, Ariston Verlag, 224 Seiten, 16,99 Euro

Foto: Verlagsgruppe Random House

Onkel. Ihr Vater ist König in der Südsee. Pippi ist bärenstark, schlau, stellt sich mutig allen Abenteuern und glaubt an sich.

Christine Weiner und Carola Kupfer zeigen in ihrem Buch „Das Pippilotta Projekt“ (Ariston Verlag, 224 Seiten, 16,99 Euro), wie Frauen nach dem Vorbild einer erwachsenen Pippi, eben Pippilotta, Erfolg im Job haben können. BILD sprach mit Christine Weiner, die als Coach und Dozentin an der

Hochschule Mannheim tätig ist.

Wie kann Pippilotta Frauen als Vorbild dienen?

Christine Weiner: „Frauen sind häufig zu zurückhaltend, sie schrecken vor dem zurück, was sie wollen. Das betrifft das Gehalt, die Position oder ein neues Projekt. Pippilotta wäre nicht zurückhaltend, sie würde sich nicht selbst beschränken, ihre eigenen Bedürfnisse ernst nehmen und dafür einstehen.“

Müssen Frauen männliche Verhaltensweisen annehmen, um Erfolg im Beruf

(<http://www.bild.de/bild-plus/ratgeber/job-karriere/beruf/15-karrieretipps-erfolgsfrauen-geschaeftsfuehrerin-ceo-unternehmerin-45356816.bild.html>)

zu haben?

Weiner: „Nein. Frauen müssen keine Hosenanzüge tragen und männliches Verhalten imitieren. Das Ziel ist Gleichberechtigung, dass sich Frauen und Männer im Beruf ergänzen. Männer denken strategischer, Frauen haben einen guten Überblick, nehmen Emotionen schneller wahr – das ergibt eine erfolgsversprechende Mischung. Wie Pippi, die als Kunstfigur männliche



Christine Weiner

Foto: Timo Volz

und weibliche Qualitäten vereint.“

Die ehemalige US-Außenministerin Madeleine Albright (1997-2001) sagte mal den bezeichnenden Satz: „In der Hölle ist ein besonderer Platz reserviert für Frauen, die einander nicht helfen“. Wie wichtig sind Netzwerke für Frauen?

Weiner: „Frauen sind sehr gut im [Netzwerken](#), allerdings nutzen sie diese nicht beruflich. Sie betreiben beispielsweise kein

Empfehlungsmanagement. Über Netzwerke sollten Informationen ausgetauscht werden, die nicht einfach im Internet zu finden sind, etwa wie tickt der potentielle neue Chef, wie sind die Strukturen, welche Positionen gibt es, wie hoch sind die Gehälter.“

Mentoring kann Frauen dabei unterstützen. Ein Mentor/eine Mentorin gibt Wissen weiter, um die berufliche und auch persönliche Entwicklung positiv zu beeinflussen.



Carola Kupfer

Foto: Michael Koob

Frauen machen sich häufig klein, stellen ihre eigenen Fähigkeiten und Talente zurück. Was tun? Viele Frauen denken sich: Ich will zwar meine Erfolge erzählen, aber nicht arrogant und großkotzig rüberkommen.

Wie gelingt Eigen-PR ohne sich zu verstellen?

Weiner: „Pippi hat ein gutes Selbstbewusstsein, ihre Selbst-PR ist authentisch. Wichtig ist, natürlich zu sein und sich ganz konkret zu fragen, was kann ich. Wenn man das für sich jenseits von teamfähig oder gut organisiert beantworten kann, strahlt man automatisch Kompetenz und Gelassenheit aus.“

Übertriebener Perfektionismus ist ein großes Problem unter Frauen: Alle Entscheidungen werden wieder und wieder durchdacht, um ja alle möglichen Fehler zu vermeiden. Und am Schluss kommt dann jemand anderes, der schneller gehandelt hat oder es unterläuft doch ein Fehler.

Wie geht man möglichst souverän mit Fehlern um?

Weiner: „Wenn ein wirklich großer Fehler begangen wurde, sollte man Verantwortung übernehmen, sich entschuldigen und versuchen, den Schaden zu begrenzen. Frauen neigen allerdings dazu, sich auch kleine Fehler nur schwer zu verzeihen. Frauen denken sich zu sehr in andere hinein, deuten das Verhalten des Gegenübers detailliert, statt einfach zu fragen, ob der Eindruck stimmt. Wenn einem dies sehr zu schaffen macht, kann geschaut werden, welche Angst dahinter steckt.“

Zwei wichtige Zutaten, um souverän und authentisch zu wirken, sind Körpersprache und Stimme. Personen, die wir als präsent wahrnehmen, sind auch wirklich da und tun nicht so als ob, während sie eigentlich mit ihren Gedanken ganz woanders sind. Bei wirklicher Präsenz ist der Blick offen und wach, der Körper ist gespannt, aber nicht überspannt, die Bewegungen folgen einem natürlichen Fluss. Präzente Menschen ziehen ihre Umgebung scheinbar magisch an.

Merkmale für eine souveräne Körpersprache:

- Blickkontakt halten
- Beide Beine auf dem Boden, auch im Sitzen
- Nie (!) Kopf schräg legen
- Nur lächeln, wenn es passt

Wie sollten Frauen Ihre Stimme einsetzen?

Weiner: „In Stresssituationen können Frauenstimmen höher und brüchiger werden. Verbunden mit einer schrägen Haltung des Kopfes und nach innen zeigenden Fußspitzen wird ein evolutionäres Muster deutlich, das Hilflosigkeit suggeriert. Dem kann mit Präsenz und Sachlichkeit entgegen gewirkt werden. Präsenz schenkt Energie und Wirkung, das verändert automatisch die Haltung, der

Kopf ist gerade, die Stimme wird ruhig.“

1. Hinterlassen Sie Eindruck!

Durch gerade Körperhaltung, Gestik, Mimik und Stimme.

2. Formulieren Sie klare Sätze!

Vermeiden Sie Konjunktive (könnte, sollte) und Floskeln.

3. Vertreten Sie Ihren eigenen Standpunkt!

Klären Sie im Vorfeld eines Termins, worum es geht, was Ihnen wichtig ist, welche Lösungen Sie einbringen könnten.

4. Hören Sie zu und stellen Sie Fragen!

Gutes Zuhören ist nicht selbstverständlich. Wer es kann, schafft Vertrauen und vermeidet Konflikte. Vermeiden Sie geschlossene Fragen, die mit Ja oder Nein beantwortet werden.

5. Meistern Sie kritische Gesprächsverläufe!

Wenn Ihre Ideen abgeblockt werden, nicht automatisch klein begeben, bieten Sie Paroli. Lassen Sie sich die Ablehnung erklären, schlagen Sie Kompromisse vor.

6. Klar Ja und Nein sagen!

Wenn Sie etwas nicht wollen, sagen Sie klar nein. Frauen neigen dazu, es anderen recht machen zu wollen und sich verantwortlich zu fühlen.

7. Unterscheiden Sie Feedback und Fiesback!

Echtes Feedback sollte immer wohlmeinend und sachlich sein. Ungefragtes Feedback ist häufig nur Luft ablassen des Gegenübers.

8. Brechen Sie Regeln!

Der gerade Weg führt nicht immer nach oben. Verhalten Sie sich auch mal politisch inkorrekt, taktieren Sie nicht und reden Sie niemandem nach dem Mund.

9. Verlieben Sie sich!

Ein kleiner Flirt verschönert den Alltag. Das setzt Energie frei, verleiht uns Schwung

10. Schauen Sie manchmal in die Luft!

Ein bißchen Tagträumen beim Blick aus dem Bürofenster oder die Mittagspause im Park – kleine Auszeiten machen kreativ.

11. Bleiben Sie Kind!

Behalten Sie sich Unschuld und Freiheit.

© Axel Springer AG. Alle Rechte vorbehalten