

KRAFT FÜR VERÄNDERUNG

Die Wirtschaftskrise als Chance für Frauen

Von Ulrike Reiche



Die Wirtschaftswelt befindet sich mitten im Wandel. Die Auswirkungen der sich abzeichnenden Finanzkrise sind noch lange nicht abzusehen. Doch gerade Zeiten, die grundlegende Veränderungen mit sich bringen, bieten viele positive Entwicklungschancen. Dies gilt vor allem für Frauen, die nach beruflichen Perspektiven suchen. Es ist zu erwarten, dass Bewegung in Organisationen kommt. Viele Unternehmen stehen vor großen Herausforderungen – neben Krisenmanagement und Konsolidierung alter Geschäftsfelder sind gleichzeitig zukunftsgerichtete Produktideen zu entwickeln. Hierbei bauen Arbeitgeber vor allem auf qualifizierte Fach- und Führungskräfte. So bieten sich – allen Berichten über drohenden Personalabbau zum Trotz – in der aktuellen Situation durchaus Chancen für den nächsten Karriereschritt.

Eine Krise erfordert, anders zu denken und Neues zu wagen. Die alten Lösungswege funktionieren nicht mehr – sie haben sogar geradewegs in die aktuelle schwierige Situation geführt. Um neue Ansätze zu entdecken, ist es erforderlich, sich bewusst von überholten Strukturen abzuwenden und auf der anderen Seite des Problems die Lösung zu suchen. Was in einer Zeit der festgefühten Hierarchiestrukturen nur schwer zu bewegen war, wird in Krisenzeiten zunehmend möglich: verantwortungsvolle Positionen mit Frauen zu besetzen. So titelte eine angesehene Wirtschaftszeitung unlängst „Die Trümmerfrauen der Finanzbranche“ und attestierte den weiblichen Finanzexperten mehr Risikobewusstsein und Besonnenheit als den männlichen Kollegen. Zahlreiche Studien der letzten Jahre belegen, dass Unternehmen dann besonders erfolgreich sind, wenn das Management aus Männern und Frauen besteht. Eine verbesserte Geschäftsentwicklung zeichnet sich in der Regel dann ab, wenn der Frauenanteil unter den Führungskräften mindestens bei 30-40% liegt.

Hiervon sind Teile der Wirtschaft jedoch noch weit entfernt. So birgt die aktuelle Situation eine große Entwicklungschance für Frauen, die beruflich den nächsten Schritt wagen wollen. Für ambitionierte Frauen geht es jetzt vor allem darum, die Zeichen der Zeit zu nutzen und aktiv an der Entwicklung neuer Organisationsstrukturen mitzuarbeiten.

MIT KOPF UND HERZ: ERFOLGREICH SEIN WIE EINE FRAU

Allerdings: Nicht jede Frau will Karriere um jeden Preis. Die wenigsten möchten es ihren männlichen Kollegen gleichtun und ausschließlich den Job in den Mittelpunkt des Lebens rücken. Vielmehr ist ihnen neben dem beruflichen Erfolg ebenso ein stabiles familiäres Umfeld und die eigene Leistungsfähigkeit wichtig.

Hieraus ergibt sich ein ganzheitlicher Ansatz, der die Vorstellungen und Bedürfnisse der gesamten Person berücksichtigt und nicht allein auf Karriereschritte fokussiert. Wer Erfolg im Beruf anstrebt, braucht nicht nur eine systematische Karriereplanung, sondern auch ein gesundes Selbstmanagement. Mit diesem Anspruch rücken Frauen einen globalen Wirtschaftstrend in den Blickpunkt, an dem Unternehmen ohnehin künftig nicht mehr vorbeikommen werden:

Betriebliche Gesundheitsförderung wird zu einem wesentlichen wirtschaftlichen Erfolgsfaktor. In Zeiten knapper Personalressourcen führt jeder Ausfall zu Engpässen, die zusätzlich zu dem ohnehin schon anspruchsvollen Aufgabenspektrum zu bewältigen sind. Schnell leiden Produktion und Arbeitsqualität, in der Folge ist die Kundenzufriedenheit gefährdet. Auch Ersatz für langfristig ausfallende

Mitarbeiter ist immer schwerer am Markt zu rekrutieren – Demografie und Fachkräftemangel lassen grüßen! Welches Unternehmen kann sich das auf Dauer leisten?

Gesundheit ist weit mehr als allein die Abwesenheit von Krankheit. So gehören laut Weltgesundheitsorganisation neben den körperlichen und psychischen Aspekten auch intakte soziale Beziehungen, ein gesundes Lebens- und Arbeitsumfeld, und nicht zuletzt eine sinnvolle berufliche Aufgabe dazu. Damit ist Gesundheit nicht mehr nur eine persönliche Angelegenheit. Vielmehr sind Unternehmen gefordert, gesunde Arbeitsbedingungen zu schaffen. Der renommierte Zukunftsforscher Leo A. Nefiodow, Mitglied im Club of Rome, formuliert es so: „Gesundheit ist der erste globale Wirtschaftstrend, der keinen Rohstoff und keine Technik, sondern den Menschen selbst in den Mittelpunkt stellt.“

Dieser Ansatz kommt dem natürlichen Bedürfnis vieler engagierter Frauen entgegen, die ihre verschiedenen Lebensbereiche gleichermaßen miteinander in Einklang bringen möchten. Damit werden sie unwillkürlich zu den Treibern des nächsten Wirtschaftstrends und des damit einhergehenden Wandels in der Unternehmenskultur.

VERÄNDERUNG BRAUCHT ZEIT UND KOSTET KRAFT

Krisenzeiten erfordern grundlegende Veränderungen. Unabhängig, welcher Art die anstehende Veränderung ist, gilt es, sich von liebgewonnenen, alten Gewohnheiten zu verabschieden und sich dem Neuen zuzuwenden. Um überhaupt in die Lage zu kommen, eine Konsequenz zu ziehen und die nächsten Schritte zu gehen, benötigen wir Klarheit über die aktuelle Situation, unsere Wünsche und Ziele. Daher tut jede Frau, die eine Veränderung vorantreiben möchte, gut daran, durchdacht vorzugehen und sich ein gewisses Maß an Zeit einzuräumen. Neben der Zeit erfordert jede Veränderung vor allem Kraft und Ausdauer. Keine Neuorientierung geht vollständig konfliktfrei ab, und jede Herausforderung bringt Stress mit sich. Nicht selten führt eine solche Stressbelastung zu psychosomatischen Reaktionen des Körpers, denen keine erkennbare organische Ursache zuzuordnen ist.

Aus diesem Grunde kommt es darauf an, gezielt die eigene Leistungsfähigkeit zu erhalten. Vor allem jene Frauen, die neben der beruflichen Aufgabe auch die Familie managen, sollten für ihre Gesundheit aktiv werden. Denn wenn ihre Tankstelle leer ist, hat Frau niemandem mehr etwas zu geben! Für Frauen, die nur wenig Zeit für ein ausgefeiltes Programm haben, empfiehlt sich ein kontinuierliches, gezieltes Training zum Stressabbau. Besonders effizient sind Methoden, die Bewegung und Entspannungselemente miteinander verbinden und sich problemlos in den Alltag integrieren lassen.

Zu den nachweislich anerkannten Methoden zur Stressbewältigung zählt Yoga, das in Deutschland von circa 3 Millionen Menschen betrieben wird. Damit ist Yoga keine Trendsportart mehr, sondern hat sich längst in der Bevölkerung etabliert. Doch Yoga ist nicht nur eine anerkannte Entspannungsmethode, es ist vor allem auch ein persönlicher Weg, der Entwicklung auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene fördert. Viele Menschen schätzen die Yoga-Praxis als eine Möglichkeit, sich der eigenen Wertvorstellungen bewusster zu werden und diese ins Leben zu integrieren. Gerade in unsicheren Zeiten, in denen der nächste Schritt noch im Nebel verborgen liegt, hilft Yoga dabei, sich auf sich selbst zu besinnen, Blockaden zu lösen, ein Ziel zu entwickeln und die eigene Kraft in sich zu spüren. >