

Klartext für Frauen

Vortrag von Regina Schulz über weibliche Sprachstrategien und die Fallen der Nettigkeit

von unserem Redaktionsmitglied
JOHANNA HECKELEY



Archivbild: Habermann

Waiblingen.
Nur immer „lieb und nett“, das hätten viele Frauen zwar schon in ihrer Kindheit mitbekommen, so Kommunikationsexpertin Regina Schulz. Doch in der Beauftragte Welt bringe das nicht weiter:
„Frauen sollten wissen, was sie können, und das auch kommunizieren.“

Ein Comic: Mann in Steinzeit-Schurz vor dem Fernseher, die Holzeule liegt neben dem Sofa. Überschrift: „Schatz, das Bier ist alle“ – „Kennen Sie diese Situation?“, fragt Regina Schulz die Teilnehmer der Veranstaltung „Klartext reden! Magische Power-Kommunikation für Frauen“ der Agentur für Arbeit Waiblingen. Sie erneutet viele Männer, aber auch Zustimmung. „Was glauben Sie, was der Mann Ihnen damit sagen möchte?“ Im zweistündigen Vortrag zeigt die energiegeladene Trainerin, was typische weibliche Kommunikationsmuster sind und wie „frau“ sie überwinden kann, um sich vor allem im Beruf durchzusetzen.

„Wir Frauen hören oft auf dem Beziehungssohr“, erklärt Schulz. Männer aber wollten meist nur den Sach- oder den Selbststoffenbarungsaspekt kommunizieren. Daher biete es sich für Frauen an, auch genau diese Botschaft herauszuhören. In diesem Hintergrund hat sie sich für Frauen, um das zu lösen, bin ich nicht da.“

Unbedingt vermeiden sollten Frauen das, was sie „sachliche Weichspüler“ nennen: Wörter wie „eigentlich“, „im Prinzip“ oder „bei Gelegenheit“ wirken eben nicht besonders durchsetzungsstark – was sie anschauend ausdrücken.

Vier-Seiten-Modell

■ Nach dem Vier-Seiten-Modell von Friedemann Schulz von Thun hat jede Aussage einen **Sach-, Beziehungs-, Selbststoffenbarungs- und Appell-**aspekt. Dementsprechend haben Menschen auch vier Ohren, um die verschiedenen Botschaften herauszuhören. So lassen sich etwa **Missverständnisse** erklären.

„fühl sinkt“, berichtet Anita Gehrig, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt bei der Agentur für Arbeit. Die Frauen, die dann versuchten, wieder Fuß zu fassen, hätten es nicht leicht: „Sie sind erfolgreicher, wenn sie bestimmte Kompetenzen haben und zum Beispiel lernen, sich gut zu verkaufen.“ Vorträge wie der von Regina Schulz sollen da helfen.

Die Teilnehmer jedenfalls sind sehr zufrieden. Katharina Mitterhuber und Melanie Schulte schmunzeln fröhlich: „Mit Witzen und Charme“ sei Schulz das Thema angegangen. „Sie hat Sachen angesprochen, auf die man im Alltag nicht so achtet“, das werden sie ihnen im Beruf nützlich sein.

Info

Weitere Informationen zum Wiedereinstieg unter www.perspektive-wiedereinstieg.de

Die Kommunikationsexpertin Regina Schulz fragt: „Muss ich wirklich von allen geliebt werden?“

lich mit verstellter Piepsstimme demonstriert. Gift für die Karriere ist auch das „Nein-danke-Ritual“. „Sie bekommen ein Lob von Ihrem Chef – und was sagen Sie: Ach, das war ja nichts.“ Damit schändige man sich selbst. „Wer Lob zurückweist, nimmt sich aus der Messung. Männer messen sich aber permanent.“ Daher sollte man auf ein Kompliment wenigstens mit einem „Danke“ reagieren.

Auf Körpersprache und Stimmlage geht Schulz auch ein, fläzt sich dafür breitbeinig und mit hinterm Kopf verschrankten Armen auf einem Stuhl und spricht laut. „Dieser Haltung und der Sprechweise sollten Sie sich annähern, nicht kopieren, aber auch nicht die Beine verschränken oder leise reden“, rät sie. Der sogenannte Rapport schaffe eine gute Gesprächsgrundlage.

„Wir haben beobachtet, dass bei Frauen, die lange zu Hause sind, das Selbstvergessen-