

Emotion

Coaching

Newsletter

Bitte Suchbegriff eingeben 

Login

Registrieren

Home Themen Seminare Coachs My Coaching

Sie sind hier: [Home](#) / [Themen](#) / [Persönlichkeit](#) / [coaching-praxis](#)

knick nicht ein!

Dr. Cornelia Topf



Wer standhaft bleibt, hat mehr vom Leben (Foto: clipart.com)

DIE COACHING-PRAXIS. CLEVERE TIPPS VON CORNELIA TOPF

"Was wollen Frauen?", fragte Freud. Er kam nie auf die Antwort. Dabei ist sie einfach und typisch weiblich: Wir wollen nicht, was wir wollen. Wir wollen gemocht werden. Auch wenn es uns schadet

Frauen trauen sich was! Neulich erzählte mir eine Bekannte, nennen wir sie Bettina, dass sie jetzt, wohlgemerkt in der Krise, ihren Boss um 100 Euro mehr Gehalt angehen wolle. Weil sie in den letzten drei Monaten zwei ziemlich wichtige Projekte übernommen hatte und nun praktisch für zwei schufete. Als sie mit ihrer Gehaltsforderung im kleinen Kreis herausrückte, nickten alle beifällig: "Jawohl, es steht dir zu, hol's dir!" Ich war die einzige, die Bedenken hatte: "Wie viel mehr möchtest du denn?" – "Na, 100 Euro!" – "Dann forder nicht 100, sondern 200 oder mindestens 150. Denn dein Boss wird dich sicher runterhandeln wollen!" Hätte ich nicht sagen sollen. Denn danach war großes Hallo am Tisch.

das bin ich nicht!

Der Tenor der versammelten Frauen war eindeutig. Eine, Susanne, sagte zum Beispiel: "Aber das ist doch manipulativ! Das könnte ich nicht. So bin ich nicht." Das schien mir doch eine recht veraltete Position, angesichts derer ich mir überlegte, ob es in dieser Runde wohl ratsam wäre, die Emanzipation mal rasch in fünf Minuten nachzuholen. Glücklicherweise erwiderte Bettina ihr: "Wie meinst du das? Du bist nicht so, dass du deine eigenen Wünsche gegen einen Boss behaupten kannst? Einen Boss, von dem du ganz genau weißt, dass er dich runterhandeln wird, weil das für ihn zum Spiel gehört?" Ich war baff. Bettina hat offensichtlich verstanden, dass es im Berufs- und Beziehungsleben Spielregeln gibt, die Nutzen bringen, auch wenn wir sie nicht gut finden. Wie sich herausstellte, hatte ich mich zu früh gefreut. Zwei Wochen später erschien Bettina zum Coaching.

wenn der boss persönlich wird

Ihr Boss hatte ihr erwidert, dass in der gegenwärtigen krisenhaften Situation in der Branche eine Gehaltserhöhung illusorisch sei. Diesen Sacheinwand konnte sie noch eindrucksvoll widerlegen: "Die zwei Projekte, die ich betreue, bringen der Firma Geld über das hinaus, was ich sonst leiste. Also ist Geld da." Diese Einwandsbehandlung war so erfolgreich, dass der Chef seine Taktik wechselte. Er ließ beiläufig einfließen, dass er ihre Forderung doch als "sehr kämpferisch" und ihre Argumentation als "ideologisch" empfinde. Bettina meinte im Coaching: "Das hat mir einen Stich versetzt." Als dann der Chef auch noch meinte, dass er alles in allem doch recht "enttäuscht" sei, dass sie ihm "derartig in den Rücken" falle, da zog Bettina ihre Forderung zurück. Doch nicht deswegen war sie im Coaching, sondern weil sie an ihrem Verstand zweifelte: "Ich weiß doch, dass mir das Gehalt zusteht! Jeden Tag schufte ich wie eine Verrückte! Und trotzdem knicke ich ein, sobald der Kerl persönlich wird! Was mache ich falsch?"

hab mich lieb!

Dass Menschen gegen ihre eigenen Wünsche handeln, ist weder neu noch "falsch", wie Bettina meinte. Bei Frauen ist das Verlangen, anderen zu gefallen, Everybody's Darling zu sein, andere nicht zu enttäuschen oft größer als das Bedürfnis, zu den eigenen Wünschen zu stehen. Bei Männern ist der Wille nach Macht, Kontrolle und Rechthaben oft größer als das Bedürfnis, persönliche Anliegen zu verfolgen. Das ist weder falsch noch unnormal. Gefährlich wird es lediglich dann, wenn wir diese Tendenz nicht bewusst wahrnehmen, sondern unbewusst drauf reinfallen. Bettinas Chef ist nicht dumm. Er weiß, auf welche Knöpfe er bei Frauen drücken muss. Er wird persönlich – und schon knickt Bettina ein. Erprobtes Chauvi-Rezept. Ein Rezept, das sein Gegenmittel gleich mitbringt.

vier heilmittel

Auf die erste Idee kam Bettina im Coaching selbst: "Wenn das bloß Masche, Verhandlungstaktik ist, dann kann ich das jetzt durchschauen. Darauf falle ich nicht mehr rein!" Aber wenn es keine Masche ist? Wenn das Gegenüber wirklich persönlich von Ihnen enttäuscht ist? Das tut doch weh! Was dann? Dann denken Sie ans Fitness-Studio: Da tut auch jede Übung weh, die etwas bringt. Und trotzdem üben Sie. Weil Sie wissen, wofür es ist. Und dass ein strammer Po mehr wert ist als fünf Minuten die Zähne zusammen beißen. Ein drittes Mittel ist die Kommunikation über die Kommunikation, die Bettina einige Tage später anwendet, als überraschend ein Kollege persönlich wird. Er sagt: "Du lässt mich aber ganz schön hängen!" Sie erwidert darauf: "Mein Lieber, hör

emotion business test

entdecken Sie Ihr job-potenzial - mit kostenloser kurzauswertung!



newsletter

Sie möchten regelmäßig über Neuigkeiten von emotion.coaching informiert werden? Tragen Sie sich hier für unseren Newsletter ein

das drei-minuten-coaching

Bleiben Sie nicht länger die Marionette des Chefs, von Kollegen oder der "besten" Freundin! Coach Ulrich Dehner erklärt mit einem 5-Punkte-Plan, wie Sie Manipulation erkennen und sich dagegen wehren können



buch-tipp

"Wenn der Kunde laut wird": Ein Ratgeber, der zeigt, wie Sie eine Beschwerde in die richtigen Bahnen lenken. Empfohlen von managementbuch.de



emotion zum selberlesen!

Lesen Sie emotion - das andere Frauenmagazin - und lernen Sie sich und andere besser verstehen



auf, auf die Tränendrüse zu drücken. Sei ein Mann und mach einmal im Leben deine Projektkalkulation selber. Ich kann später ja noch mal drüber gehen." Das heißt: Sie spricht mit ihm nicht über die Sache (Projektkalkulation). Sie spricht mit ihm darüber, wie er mit ihr redet ("Tränendrüse"). Eine vierte Option ist, die Verantwortung dorthin zurück zu geben, wo sie hingehört.

verantwortung zurück geben

Als Bettina fünf Wochen später erneut zum Gehaltsgespräch geht, sagt sie ihrem Vorgesetzten: "Und ersparen Sie mir bitte den Hinweis, dass kein Geld da ist. Es ist Ihre Aufgabe als Vorgesetzter, zusätzliches Budget bereit zu stellen, wenn Sie zusätzliche Aufträge herein nehmen." Das ist zwar ziemlich forsch – für eine Frau, einem Mann würde das als selbstbewusst angerechnet. Doch es schadet weder Männern noch Frauen, Verhandlungspartner darauf hinzuweisen, was eigentlich ihre Aufgabe ist. Bettinas Boss wehrt sich zwar mannhaft, wird auch wieder sehr persönlich. Aber als er merkt, dass Bettina diesmal nicht einknickt, genehmigt er nach 20 Minuten harter Verhandlung die 100 Euro mehr. Und sagt hinterher: "Meine Güte, das hätte ich gar nicht von Ihnen gedacht, dass Sie derart Haare auf den Zähnen haben." Worauf Bettina nur kurz kommentiert: "Ja, und ich rasiere sie täglich."

Dr. Cornelia Topf berichtet an dieser Stelle jeden Monat aus Ihrem Job-Alltag. Sie coacht und trainiert Führungskräfte und deren Mitarbeiter aus allen Branchen und Unternehmensgrößen und leitet metatalk (www.metatalk-training.de), das Augsburger Trainingsinstitut für Erfolgskommunikation. Zudem hat sie mehrere Bücher veröffentlicht.

Hier geht's zum Coach-Profil von Dr. Cornelia Topf

Weitere Tipps aus der Coaching-Praxis:

endlich frei!

die damen, bitte den mund aufmachen!

yes, i can!

[artikel drucken](#)

[artikel versenden](#)

[Über emotion.coaching](#) [AGBs](#) [Datenschutz](#) [Impressum](#) [Kontakt](#)



TOP

Weitere Online-Angebote des Verlagshauses G+J AG & Co KG:

[art](#), [augenzeuge.de](#), [Börse-Online](#), [BRIGITTE.de](#), [bym.de](#), [bym-WG](#), [Capital](#), [chefkoch.de](#), [Diät.com](#), [DOGS MAGAZIN](#), [eBay-Magazin](#), [Eltern.de](#), [Elternfamily.de](#), [Emotion.de](#), [ESSEN UND TRINKEN](#), [FTD](#), [Gala](#), [GEO](#), [GEOlino](#), [GEO-Reisecommunity](#), [GraumarktInfo.de](#), [G+J](#), [G+J Electronic Media Sales](#), [G+J Media Sales](#), [G+J PresseDatenBank](#), [healthyliving.de](#), [Immobilien-Kompass](#), [Impulse](#), [Impulse Gründerzeit](#), [kino.de](#), [LIVING AT HOME](#), [meinABO.de](#), [NATIONAL GEOGRAPHIC](#), [NEON](#), [neueszuhause.de](#), [Nido](#), [PM Online](#), [Sächsische Zeitung](#), [SCHÖNER WOHNEN](#), [Shortlist](#), [stern.de](#), [VIEW](#), [WieWohnstDu.de](#), [xx-well.com](#)

© emotion-coaching.de 2009, Emotion.de haftet nicht für die Inhalte externer Websites