

# Seit immer mehr Frauen in die Führungsetagen drängen, setzen auch Business Ladies auf das Erfolgsgeheimnis der Männer: persönliches Coaching. Die Topkräfte der Karrierehelferbranche im Porträt.

„WENN KEINER MEHR MIT DIR SPRICHT, dann redet dein Wirtschaftscoach mit dir“, ist das Credo all jener Führungskräfte, die absolute Top-Positionen erreicht haben und in vielen Bereichen einfach niemandem mehr vertrauen dürfen. Entscheidungen zu diskutieren oder eigene Fehler zu reflektieren würde als Schwäche ausgelegt. Das ist die Stunde der Wirtschaftscoaches: Sie sind verschwiegen, kennen die Branche und haben dennoch genug Abstand, um den oberen Zehntausend zu sagen, womit sie unten durch sind. Aber nicht nur das: Sie helfen bei der Karriereplanung, begleiten die persönliche Entwicklung und geben Tipps, die man in keinem College und an keiner Universität lernt – und zwar für all jene, die nicht in Seminaren und Kursen ihre beruflichen oder persönlichen Befindlichkeiten vor allen und mit allen diskutiert wissen wollen. Gerade das ist für Frauen, die die Karriereleiter hinaufklettern, von immenser Bedeutung. Denn gute Ausbildung allein genügt nicht, um im Beruf zu reüssieren – man muss sein Wissen auch gekonnt präsentieren können. Viele weibliche Führungskräfte arbeiten deshalb mit ihrem Coach und halten in einer männlich dominierten Geschäftswelt glänzend mit.

## Die Mechanismen der Macht – Christine Bauer-Jelinek

„Macht ist heute ein Tabuthema wie Sex in den 60er Jahren. Jeder tut es, aber kaum einer weiß, wie es geht.“ Als „Oswald Kolle der Macht“ möchte Wirtschaftscoach Christine Bauer-Jelinek über die Mechanismen der Macht aufklären, die genauso für Männer wie für Frauen gelten, bei deren Handhabung die Männer aber zum Teil einen gewissen Vorsprung haben – möglicherweise weil sich manche schon früher mit dem Thema auseinander gesetzt haben. Wer die Strategien der Macht durchschaut hat – so Bauer-Jelinek über ihr Spezialgebiet –, der weiß, welche Spielchen laufen, und kann sich ethisch-moralisch entscheiden, ob er mitmachen möchte – und in Zukunft die Fallstricke der Konkurrenz mit selbst gewählten Mitteln überwinden. Eine Stufe auf dem Weg zum Erfolg: Frau sollte erkennen, ob sie zu den Erfolgs- oder den Beziehungsmenschen gehört, und danach ihre Vorgehensweise bestimmen – beide Menschentypen haben ihre Verhaltenscodes und müssen

sich über ihre Interaktionsformen klar werden, so die Wirtschaftscoach.

Christine Bauer-Jelinek bietet Persönlichkeits-Coaching ebenso an wie Gruppenseminare und Projekt-Coaching, betreut in Start- und Umsteigerphasen, bei der Gründung eines Unternehmens und in Krisensituationen. In ihren Veranstaltungen bemerkt sie einen leichten Überhang weiblicher Klienten. Während es bei Männern eher um die Perfektion der Spielregeln gehe, sehen sich Frauen auf dem Weg nach oben oft mit Verunsicherung konfrontiert. Der Umstieg von der Kollegin zur Vorgesetzten, die richtige Kleidung – Bauer-Jelinek sieht den Spielraum für modisches Business-Outfit gering, sie empfiehlt einen klaren, einfachen Stil ohne verspielten Schnickschnack – und die „Insignien der Macht“ wie Auto oder Zimmer bereiten vielen Karrierefrauen Schwierigkeiten. Bauer-Jelinek: „Frauen verzichten auf Statussymbole, agieren praktisch, setzen sich mit der Sekretärin zusammen in ein Zimmer, bis das eigene Büro fertig ist, usw. Auf der anderen Seite fehlt das Gewicht bei Verhandlungen, den Zusammenhang müssen viele Frauen erst lernen.“ Beim Erstgespräch geht es um die Abklärung der Ziele. Entscheidungsfragen („Geld oder Leben[-squalität]?“), Gewissensentscheidungen („Wie sehen meine Werthaltungen

TEXT: CHRISTIANA JANKOVICS  
FOTOS: SIMONE SCHMIDT

## Top-Coaches



gelebten Erfahrung“, sagt Christine Bauer-Jelinek.

### Die Netzwerke der Frauen – Ingrid Kösten

„Frau aus Leidenschaft und leidenschaftlich für die Frauen!“ – „Sich trauen, ICH und NEIN zu sagen!“ – „Haben wir keine Angst davor, großartig zu sein!“ – Dr. Ingrid Kösten, Kommunikationstrainerin mit therapeutischer Ausbil-

### Female Force

Ingrid Kösten zählt zu den Pionieren des Coachings für Frauen

dung, Unternehmerin und Geschäfts-

aus?“) und Wege zum Erfolg werden in den anschließenden Sitzungen diskutiert. Nicht immer muss die große Karriere das Ergebnis des Coachings sein, die Klienten sollen das erreichen, was sie wirklich wollen – manchmal eben Lebensqualität statt Topjob.

Zahlreiche große Unternehmen schwören auf die trockene Art der ausgebildeten Psychotherapeutin, darunter z. B. verschiedene Großbanken, Landesregierungen, das Unterrichtsministerium, IBM und der ORF.

## Zielvorgabe: Women mit Success.

Ihren Anspruch, ein Coach sollte nicht nur beraten, sondern sich auch selbst bewähren, beweist die ehemalige Volksschullehrerin durch ihre eigene Biografie: 1987 verließ sie den Schutz der Pragmatisierung und gründete mit ihrem Bruder die „Wiener Trainerakademie“, entwickelte und leitete die Diplombildung zum Wirtschaftscoach und ist seit 1997 mit ihrem eigenen Unternehmen cbj-coaching erfolgreich. „Die Beratungsqualität liegt in der

führerin, bringt es auf den Punkt. Nicht nur daran merkt man, dass sie zu den Pionieren des Coachings für Frauen gehört. Sie bekennt sich zu weiblichen Inhalten und hat ihre Agentur, mit der sie seit 1992 Frauen zielgerichtet wichtige berufliche Strategien vermitteln will, nicht zufällig Woman Success ge-

nannt: „Klassische Rollenbilder verlieren an Bedeutung, wir sind mit einem dramatischen Wertewandel konfrontiert. Frauen stehen vor der großen Chance, ihre Lebensplanung selbst

in die Hand zu nehmen. Frauen sind Lebensunternehmerinnen!“ Es gehe nicht darum, aus Frauen bessere Männer zu machen, sondern darum, weibliche Potenziale, die Stärken von Frauen aufgrund ihrer Sozialisation in die Unternehmen einzubringen, ein Prozess, bei dem,

so Kösten, alle Seiten nur gewinnen können. „Im Management gibt es neue Konzepte, Soft Skills stehen im Vordergrund, dort zählen Erfolgsfaktoren, die Frauen mitbringen, z. B. auf mehreren Ebenen gleichzeitig aktiv zu sein.“

Im Coaching möchte sie ihren Klientinnen Impulse für Persönlichkeitsentwicklung geben, Support anbieten, den Frauen Selbstbewusstsein, Taktik und Wissen um die Spielregeln vermitteln, damit sie ihre Fähigkeiten gezielt für ihre eigene Laufbahn einsetzen und dennoch nicht auf „Frau-Sein“ verzichten müssen. Kinder sind für Kösten kein Hindernis in der Karriereplanung, im Gegenteil – auch sie selbst hat eine achtjährige Tochter, für die trotz beruflicher Selbstständigkeit Zeit bleibt. Weibliche Stärken sieht Dr. Kösten u. a. in der sozialen Kompetenz, im Kommunikationsbereich, in der Mitarbeitermotivation und in Beratungs- und Analysegesprächen, Schwächen ortet sie in der Durchsetzung, wo sich weibliche Führungskräfte manchmal mit dem Delegieren, der Kontrolle der Mitarbeiter und in der Verhandlungstaktik schwer tun. In ihren speziell für Frauen entwickelten Coaching-Programmen will Ingrid Kösten vor allem alte, oft versteckte Rollenvorschreibungen hinterfragen: die Angst, sich in den Vordergrund zu stellen, die Angst, als erfolgreiche Frau nicht geliebt zu werden, etc. „Raus aus der relativen Passivität, tue Gutes und rede darüber, mehr Selbstmarketing und Eigen-PR!“ Um aufstiegsorientierten Frauen für ihre neuen Aufgaben Rollenvorbilder zu präsentieren, setzt Woman Success auf

Mentoring-Programme, „eine geschützte Beziehung, in der Lernen und Experimentieren stattfinden kann“, so Kösten.

Die große Leidenschaft der Kommunikationstrainerin sind Netzwerke: pulsierende Info-Netzwerke für Frauen, die sich nach Bedarf und Interesse bilden und verbinden – keine Vereinstümelei.

### Daniela Castner – Macht, Einfluss und Spaß dabei

Manche haben es – und manche nicht: das gewisse Etwas, die Fähigkeit zu überzeugen, die richtige Chance im richtigen Augenblick?



### Räum-Kraft

**Daniela Castner liefert keine Kampfstrategien, sondern räumt Erfolgsblockaden aus dem Karriereweg**

Denn während viele den Weg zur Beratung ansteuern, um Mängel herauszufinden und Defizite zu beseitigen, geht sie von den Stärken ihrer Klientinnen aus: „Man soll sich zu Beginn fragen: Was kann ich besonders gut, was tue ich besonders gern, welche meiner Tätigkeiten bringt anderen den größten Nutzen?“ Viele Frauen fühlen sich in Phasen der Veränderung, vor einem neuen Schritt in der Karriere, besonders unsicher. Eine Erfahrung, die auch Castner selbst mehrmals gemacht hat – sie wechselte vom Beruf der Sozialtherapeutin in einem Gefängnis zu einer Stelle als Dozentin an der Universität, arbeitete als Journalistin, übersiedelte von Deutschland nach Österreich

Irrtum, sagt Daniela Castner, alles ist eine Frage des Herangehens. Sie wählt als Coach einen ungewöhnlichen Weg.

eine harte Konkurrenzsituation erwartet, ist bei der ausgebildeten Supervisorin fehl am Platz. Sie will Blockadesätze auf dem Weg zum Erfolg abbauen und lieber Balance für verschiedene Lebensbereiche vermitteln: „Was man ausstrahlt, zieht man an!“

Zum optimalen Auftritt gehört für Daniela Castner auch das vorteilhafte Äußere. Positive Veränderung löst hier viele Barrieren, deshalb bietet die Coach auf Wunsch auch die Zusammenarbeit mit einem erfahrenen Stylisten-Team an. „Ich biete keine vorgestanzten Lösungen an – ich möchte im Gegenteil Menschen verführen, auf lustvolle Art Spaß am Erfolg zu finden“, hat Daniela

Castner zu ihrem Lebensmotto erhoben. So gehören viele Beschäftigte aus Non-Profit-Bereichen zu ihren Kunden, aber auch Klientinnen, die sich und ihr Wissen im medizinischen, juristischen oder universitären Umfeld besser präsentieren wollen. ☺

und entschloss sich mit Mitte 40 nochmals, ein Kind zu bekommen – Herausforderungen, durch deren positive Bewältigung sie viel Kraft gewonnen hat. Castner arbeitet ressourcenorientiert an der Verbesserung vorhandener Kapazitäten: „Nicht: Wie soll ich selbstbewusst auftreten? Worauf muss ich achten?, sondern: Wann ist es mir gelungen, wie wäre es, wenn ich das könnte, was würde sich ändern?“ Wer sich Kampfstrategien für

INFO

### Wie Sie den richtigen Coach finden

- Fragen Sie nach der Berufskompetenz Ihres Coaches – welche Ausbildung hat er/sie, welchen Bezug zur Wirtschaft bzw. zu Ihrer eigenen Branche?
- Hat er/sie selbst ein Unternehmen geführt, oder hat er/sie nur theoretische Ahnung?
- Fragen Sie nicht nur nach dem Preis, sondern auch, wie lange die Beratungsstunde dauert.
- Hände weg von Leuten, die mit aggressiven Werbemethoden arbeiten oder die Lösung aller Probleme in Aussicht stellen.
- Prüfen Sie, ob Ihre Einstellung mit dem Stil des Coaches harmoniert, ob sie auf der gleichen Wellenlänge liegen.
- Vertrauen Sie Ihrem Gefühl!

### Wie Sie sich auf die erste Stunde vorbereiten

- Beschreiben Sie die Ist-Situation.
- Definieren Sie vorher, für welches Ziel Sie die Hilfe des Coaches brauchen – je präziser, desto zielgerichteter können Sie gemeinsam arbeiten.
- Entscheiden Sie, ob es um Taktik, um konkrete Tipps oder um ethisch-moralische Entscheidungshilfe gehen soll.
- Legen Sie fest, wie viel Zeit Sie für das Erreichen Ihres Ziels brauchen werden.

### Erste Coach-Adressen

**Christine Bauer-Jelinek**  
 Franz-Josefs-Kai 31/39  
 1010 Wien  
 Tel.: 01/533 45 24  
 E-Mail: cbj@magnet.at

Woman Success  
**Dr. Ingrid Kösten**  
 Kandlgasse 35  
 1070 Wien  
 Tel.: 01/522 26 89  
 E-Mail: woman.success@telecom.at

**Daniela Castner**  
 Gilmgasse 7  
 1170 Wien  
 Tel.: 01/480 28 77