

Ulrike Ley/Regina Michalik

Karrierestrategien für Frauen

Neue Spielregeln für Konkurrenz-
und Konfliktsituationen

REDLINE | VERLAG

© des Titels »Karrierestrategien für Frauen« (ISBN 978-3-86881-047-9)
2009 by Redline Verlag, FinanzBuch Verlag GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.redline-verlag.de>

Inhaltsverzeichnis

Anmerkung	9
Zur Neuauflage	11
Einleitung	13
1 »Die da oben – wir da unten«?	
Frauen auf dem Weg in Führungspositionen	17
Erfahrungen von Top-Frauen aus Wirtschaft und Politik	17
Kritisches und Selbstkritisches aus dem Berufsleben	20
Wie Sie Vorteile nutzen und Vorurteile abbauen	27
Wie Sie von Netzen und Seilschaften profitieren	33
Wie Sie Männer für sich arbeiten lassen	42
Wie Sie Lust an der Macht gewinnen und behalten	47
Notwendigkeit und Unmöglichkeit der Karriereplanung	56
2 Die Spielregeln der Männer	
und was wir von ihnen lernen können	59
Wie kleine Jungen siegen lernen und große Männer	
angeben	61
Wie Männer mit Wettbewerb umgehen	64
Sieben Schritte zum Erfolg im Kampf »Eine gegen alle«	70
Sieben Erfolgsregeln für das Kämpfen in einer	
Mannschaft	73
Siege und Niederlagen feiern – Rituale für Frauen	77
Ich bin der Größte	84
Was tun? Zwei zentrale Verhaltensansätze aus dem Dogma	
und der ersten Ableitung	88



3	Oben ist es kühl – Frauen, die oben angelangt sind	91
	Wie Frauen anders und erfolgreich führen	91
	Warum Frauen Frauen nicht als Chefinnen akzeptieren und was Chefinnen dagegen tun können	107
	Von der Angst der Frauen vor der Angst der Männer	121
	»Das Private ist politisch« – aber tabu im Beruf	123
4	Verstand ist nicht alles – wie Sie mit Gefühlen strategisch umgehen	127
	Wie Sie Ihre Fassung bewahren	129
	Wie Sie flüchten und dennoch standhalten können	131
	Gefühle gezielt einsetzen – aber authentisch	136
5	Frauen-Freundschaft und Frauen-Feindschaft	139
	Von Frauen und Freundschaften im Beruf	140
	Kooperation und ihre Fallen	142
	Umgehen mit Täuschungen und Enttäuschungen	149
	Wie Sie Ihre Ziele mit den richtigen Partnerinnen erreichen	152
6	Von Idolen, Vorbildern und Gegenbildern	157
	Männliche Vorbilder und ihre Grenzen	159
	Vorbild sein	160
	Das Affidamento-Konzept in der beruflichen Praxis.....	161
	Drei Rollen und ein Dilemma	165
	Die erfolgreiche Frau: Fünf Varianten und ein Dilemma.	167
	Von Vorgängerinnen lernen und ein eigenes Profil entwickeln	174
7	Streiten – aber richtig	177
	Managementkompetenz »Konfliktmanagement«	178
	Mobbing und Intrige – die beiden Don'ts auf dem Weg nach oben	183



8	Schönsein – aber wie und wie lange?	191
	Wie Sie Schönheit und Erfolg bei sich und anderen Frauen schätzen können	192
	Auch die bekommt Falten!	197
	Wie Sie weibliche Waffen im Konkurrenzkampf nutzen können	201
9	Neue Modelle zur Konkurrenz unter Frauen und ein Karriereprinzip	211
	Die Seilschaft – eine muss die Letzte sein	213
	Eine wird gewinnen im Wettlauf	214
	Ein Solo für jede – die Jazzband	215
	Die Besten im Team – beim Frauenfußball	216
	Abhängig von Wind und Wetter – die Segelcrew	217
	Von jedem das Beste – das KoKon-Karriere-Prinzip	218
10	Karrieren im Zickzack – von Vorbildern, Scheitern und Erfolgen	223
	»Es muss nicht immer höher, schneller, weiter sein« (Regine Stachelhaus)	225
	»Frei gestalten, kein hoch bezahlter Hampelmann sein« (Christine Novakovic)	229
	»Eine ist nicht genug« (Gesine Schwan)	232
	Vom Beispiel zum Vorbild?	237
	Erfolgsgeheimnisse, Tipps und Tricks für die Karriere ...	238
11	Service und Anhang	243
	Checkliste Konkurrenz	243
	Checkliste Konflikt	244
	Hilfe holen – Coaching und Mediation	247
	Zum Nachschauen und Nachhören	249
	Zum Schluss ein Dank	252
	... und eine Berichtigung	254
	Stichwortverzeichnis	255

