

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	15
<i>Die Alfinen – Eine Gruppe von Frauen</i>	
<i>weist den Weg</i>	23
<i>Ein Netz, das hilft und trägt</i>	27
<i>Einmalige Freiheit</i>	29
<i>Fordern, nehmen und mit anderen teilen.</i>	32
<i>Vom Unterschied, Männer oder Frauen zu führen</i>	35
<i>«Die ist ja schlimmer als ein Mann» –</i>	
<i>Die verwirrende Botschaft «männlich»</i>	
<i>führender Frauen</i>	39
<i>Frauen urteilen streng</i>	42
<i>Wir entwickeln Frauenstärke – und damit</i>	
<i>Führungsstärke</i>	46
<i>Vorbilder finden</i>	48
<i>Gesucht: Nahrung für die Seele auf dem</i>	
<i>schwierigen Weg nach oben</i>	52

<i>Daß, Was und Wie</i>	57
Stolperstein Geschlecht	59
Was ist Selbstvertrauen?	63
«Ich kann nicht genug!» – Aufräumen mit der falschen Selbsteinschätzung	65
Und andersherum: Die falsche Selbstsicherheit der Männer	67
<i>Wer befördert schon seine Mutter?</i>	73
Sei still!	76
Die Furcht vor der Wut	79
Schlimmer als die Männer	80
Bin ich zu dominant?	84
Die «Muttikultur»	86
<i>«Wir bemühen uns, Frauen zu fördern»</i>	91
Auf welche Kompetenz kommt es an?	96
Sind Männer besser?	98
<i>Was ist aus mir geworden?</i>	101
Raus mit der Wut!	104
Behalten Sie «Bodenschwere»	107
Der Grundfrieden mit sich selbst	109
<i>Im inneren Gleichgewicht</i>	113
Die weibliche Neigung zu feigen Entscheidungen . .	115
Klare Worte	118

Machtspiele erkennen und durchschauen	121
Die Rolle der Tradition	124
<i>Schluß mit dem Tratsch</i>	127
Das Gespenst aus dem Schrank	128
Stellen Sie Ansprüche! Verlangen Sie Feedback	130
Großer kleiner Chef	133
Vermeiden Sie öffentliche Kastrationen	134
Problemfall: Stimme	138
<i>Rechnen Sie mit Konflikten – es geht nicht ohne</i>	141
Frauen haben soziale Kompetenz	144
Viel Verantwortung, wenig Macht	146
Vorsicht vor den Papis!	151
<i>Bestehende Strukturen aufbrechen</i>	153
Ein weibliches Führungsmodell	157
<i>Stärken und Schwächen der Frau</i>	161
Blockierte Fähigkeiten	163
Die Spielchen in den Führungsgremien	165
Für die eigene Sache streiten	167
Vom Umgang mit der Angst	169
Eine Frau nimmt den Kampf auf	175
Unter den Teppich schauen	178

<i>Der Geschlechterdialog</i>	181
Neinsagen und Grenzen ziehen	185
<i>Die Macht liegt auf einer Insel</i>	189
Männer haben Angst	191
Ein Ja zur Einsamkeit	192
Gleichheit und Ungleichheit	196
Autorität und Charisma	198
Macht, Erotik und Sexualität	201
<i>Warum geben Frauen auf?</i>	205
Was ist gefragt: Persönlichkeit oder Geschlecht? ..	208
Arbeit, Familie – und die eigene Mutter	209
So muß es weitergehen	211
Die guten Begabungen der Frau	215
<i>Schlußwort:</i>	
Grundregeln für den Weg nach oben	219
<i>Literatur</i>	223