

Kultur & Gesellschaft

«Machtspiele gibt es auch im Homeoffice»

Selbstbewusst in der Videokonferenz Sibyl Schädeli ist Karrierecoach und weiss, wie man sich gegen Vielredner in virtuellen Meetings durchsetzt. Und sie sagt, welchen Vorteil das Arbeiten zu Hause für Frauen hat.

Tina Huber

Frau Schädeli, jeder kennt Kollegen, die in der Videokonferenz dauernd reden. Wie komme ich zu Wort, ohne jemanden zu unterbrechen?

Nicht dreinreden? Da bin ich nicht einverstanden. Natürlich ist es schön, wenn alle einander zuhören. Aber häufig ist genau dies ein Machtmittel: einander ins Wort zu fallen. Dann ist es wichtig, einfach weiterzureden. Vielleicht nicht gerade beim Chef oder der nettesten Kollegin. Aber beim Vielredner. Super ist für Schüchterne – und für Frauen: Im virtuellen Raum funktionieren viele der alten Machtspiele nicht mehr.

Inwiefern?

Ein Beispiel ist die Demokratisierung des Raumes: Im Videomeeting steht jedem exakt gleich viel zur Verfügung, selbst die oberste Chefin hat nur diese kleine viereckige Kachel. Tischordnungen – der Ranghöchste sitzt am Kopfende, das Wort wird reihum verteilt – symbolisieren Machtverhältnisse; sie fallen nun weg. Ein weiterer Vorteil für Schüchterne: Durch die Kamera können sie selbstbewusst Leute anblicken, ohne jemandem in die Augen schauen zu müssen. Im direkten Gespräch würden sie vielleicht den Blick senken, wenn jemand sie fixiert. Viele sagen mir auch, dass sie sich wohler fühlen, weil sie im Homeoffice allein am Tisch sitzen. Was besonders für Frauen angenehm ist: Die Körpergrösse als Machtinstrument fällt weg.

Macht die einen Unterschied?

Ich weiss von Kursteilnehmerinnen, die sehr klein gewachsen sind, dass sie grossen Aufwand betreiben müssen, um Raum einzunehmen. Eine Frau erzählte mir, dass sie im Gespräch immer weit weg von ihrem Gegenüber stehe und den Raum vor sich permanent mit Gesten fülle, um sichtbar zu werden. Ich selber merke auch, dass es eine andere Wirkung hat, wenn ich hohe Schuhe trage.

Am Meeting sitzt man meist, da fallen Grössenunterschiede wenig auf.

Auch da setzen manche ihren Körper ein: Sie machen sich derart breit, dass ihre Tischnachbarin überspitzt gesagt eine so grosse territoriale Einbusse macht, dass es für sie schwierig wird, noch Einfluss zu nehmen. Ich sage meinen Kursteilnehmerinnen immer: im Minimum die Arme auf den Tisch! Wenn ihr die Arme verschränkt in den Schoss legt, müsst ihr eigentlich gar nichts mehr sagen.

Das Homeoffice kommt Frauen also entgegen?

Unbedingt. Im Homeoffice ist jede Regisseurin ihres eigenen Videos – das muss man nutzen! Bloss unterschätzen viele Frauen, wie wichtig es ist, strategisch vorzugehen. Oder sie finden es peinlich. Dabei kann man mit



Die Füsse auf den Tisch? Besser nicht. Auch in einem Onlinemeeting sei korrektes Verhalten wichtig, meint Sibyl Schädeli. Foto: Plainpicture



Sibyl Schädeli
Die studierte Ethnologin ist Karrierecoach für Frauen und berät Organisationen in Gleichstellungsfragen.

wenigen Tricks eine sehr selbstbewusste Wirkung erzeugen.

Ein Beispiel, bitte!

Die Augen sollen im oberen Drittel des Videobildes sein. Sagt man etwas Wichtiges, kann man sich nach vorne lehnen. So kann man sich recht breit machen, ohne daran gehindert zu werden. Viele

«Sie bestimmen, wie viel Raum Sie einnehmen.»

Frauen hängen allerdings zu tief in der Kamera, ihr Kopf klebt am unteren Bildrand. So können sie sich nicht durchsetzen.

Weitere Tricks?

Direkt in die Kamera blicken. Nicht zu der Person in der Kachel unten links, auch wenn sich dort gerade die Chefin befindet, die mich angesprochen hat. Das wirkt unterwürdig oder desinteressiert. Sie können auch mal eine Geste mit der Hand machen. Es geht immer um dasselbe: Sie bestimmen, wie viel Raum Sie einnehmen.

Neutraler Hintergrund oder Blick in die stylische Wohnung?

Kommt auf den Kontext an. Wenn Sie nicht gerade in einer Werbeagentur arbeiten: besser neutral. Etwa eine weisse Wand, vielleicht mit einem Bild. Alles Private wirkt tendenziell unkonzentriert. Die Bücherwand ist mittlerweile schon leicht lächerlich. Aber lieber eine Bücherwand als ein Bügelbrett. Ein künstliches Hintergrundbild geht auch. Aber professionell, bitte. Kein Palmenstrand. Das war nur am Anfang lustig.

Manche würden einwenden: Es muss nicht immer so verkrampft sein. Seien wir mal entspannt.

Das ist in vielen Kontexten naiv. Kommt hinzu: Je mehr Privates man preisgibt, desto verletzlicher wird man. Aus Studien ist bekannt, dass es besser ist für die Psyche, wenn man eine Berufsuniform trägt, die man abstreifen kann. Werde ich aber angeschaut, während ich meinen Lieblingskuschelpulli – den ich mit Privatem verbinde – trage, kann ich mich schlechter abgrenzen. Auch darum ist es nicht gut, im Pyjama zu arbeiten. Wer sich im Homeoffice korrekt anzieht, legt sich auch eine schützende Hülle zu.

Was im Homeoffice manchen zugutekommen dürfte: Die informellen, aber strategisch wichtigen Bierrunden fallen weg.

Das ist das grosse Missverständnis. Ich habe seit Beginn der Pandemie mehrfach, vor allem von Männern, gehört, dass sie sich trotz Homeoffice inoffiziell tref-

fen, etwa draussen im Park. Diese Treffen sind weniger zufällig, als man gerne glauben würde.

Dann gibt es noch die Parallelkommunikation während Videokonferenzen.

Dies kommt erschwerend hinzu für jene, die nicht gut sind im Allianzenschmieden: Während virtueller Sitzungen werden hintenrum per SMS oder Direkt-Chatnachricht Absprachen getroffen. Machtspiele gibt es also auch im Homeoffice. Frauen erkennen das gern, sie glauben eher an das Offizielle. Und wundern sich dann, wenn Entscheidungen schon gefallen sind, bevor die Sitzung anfängt.

Was tun?

Wer an Infos kommen oder an Entscheidungen teilhaben will, kann fast nicht anders, als mitzumachen. Besonders Frauen sagen zwar gern: Das ist mir zu

blöd, ich bin da zum Arbeiten. Oder: Ich habe abends keine Zeit zum Biertrinken. Sie denken, es sei Freizeit. Das ist leider komplett falsch. Inoffizielle Treffen, selbst wenn man gemeinsam Bier trinkt, sind genauso Arbeit wie alles andere. Man öffnet sich damit viele Türen.

Wie geht man vor?

Die Kollegen fragen: Wo trefft ihr euch? Und offen sagen: Ich will auch mitmachen. Oder selber Anlässe und Begegnungen initiieren. Leute zusammenzubringen, verleiht Einfluss. Natürlich wird es immer noch die Bierrunde hinter der Bierrunde geben. Manchmal geht es übrigens auch explizit um Abschluss, etwa wenn die Männer sich in der Sauna treffen. Aber der erste Schritt ist: nicht zu ignorieren, dass es diese informellen Treffen gibt. Selbst in Zeiten von Homeoffice.

So fesseln Sie Ihre Zuhörer

Egal, ob Businesspräsentation oder Ansprache an einem (virtuellen) Polterabend – vier Tipps für die mitreissende Rede: — **Unterbewusstsein aktivieren.** Die gute Ansprache beginnt schon zwei Wochen davor. Wer sich rechtzeitig Gedanken macht, kommt auf kreativere Ideen, weil das Thema unterbewusst im Alltag mitschwingt. — **Halten Sie es mit Cäsar.** Dreierfiguren («Ich kam, sah und siegte»), Wiederholungen oder Antithesen («Gestern haben wir verloren, heute werden wir

siegen») sind erstaunlich einfach und effektiv. — **Stellen Sie Fragen.** Das Publikum integrieren, indem es direkt angesprochen wird – notfalls mit rhetorischen Fragen, bei denen die Antwort auf der Hand liegt. — **2-2-96-Regel.** Eine amerikanische Rhetorikregel besagt, dass nach einem Vortrag von 100 Zuschauern zwei begeistert und zwei enttäuscht sein werden. Die schweigende Mehrheit fand die Darbietung okay. Erinnern Sie sich daran, wenn Sie unsicher sind. (red)

Krimi der Woche

Eine Leiche im Baggersee, eine im Kühlschrank

Rezension Auf den ersten Blick scheinen die beiden Todesfälle nicht zusammenzuhängen. Die eine Leiche wird in einem Baggersee gefunden. Ertrunken. Die andere ein paar Tage später in einem Kühlschrank. Erstickt. Bei beiden ist unklar, ob sie getötet wurden oder sich selbst umgebracht haben. Katja Sand, Mordermittlerin bei der Münchner Polizei, und ihr Assistent Rudi Dorfmueller finden immer mehr Gemeinsamkeiten. Beide Männer waren früher bei der deutschen Marine – der eine hatte dort eine Spezialausbildung als Kampftaucher. Beide haben traumatische Erlebnisse hinter sich. Schliesslich stellt sich heraus, dass beide beim gleichen Psychoanalytiker, einem renommierten Trauma-Spezialisten, in Behandlung waren.

Das seien etwas zu viele Zufälle, um da keinen Zusammenhang zu sehen, findet Katja Sand. Sie ist die Hauptfigur im ersten Band der «Trauma-Trilogie» von Christoph Wortberg, «Kein Entkommen». Wortberg, Kölner Schauspieler («Lindenstrasse»), Drehbuchautor («Tatort») und Schriftsteller, hat mit Sand eine interessante Protagonistin geschaffen. Der alleinerziehenden Mutter bedeutet ihr Job bei der Polizei fast alles, sie kniet sich in ihre Fälle, auch wenn sie dafür ihr Privatleben vernachlässigt.

Ihr Vorgesetzter, der wegen des Zusammenhangs mit der Marine unter politischem Druck steht, will die beiden Todesfälle bald als Suizide abgehakt sehen. «Macht, Einfluss, unterschiedliche Interessen. Es ist immer dasselbe. Am Ende steht nicht die Wahrheit selbst, sondern die Behauptung einer Wahrheit, egal, wie unglauwbüchrig sie auch sein mag.» Doch Sand bleibt hartnäckig und ermittelt weiter.

Unredlicher Cliffhanger

Dabei hat sie noch ganz andere Probleme. Eben hat sie eine ihr nicht genehme Beziehung ihrer 15-jährigen Tochter hinterücks und unter Missbrauch ihres Jobs beendet. Und nun findet die Tochter auch noch heraus, wer ihr Vater ist, der ihr von der Mutter bislang verheimlicht wurde. Damit nicht genug: Die aktuelle Ermittlung konfrontiert Sand immer stärker mit einem eigenen Trauma. Dass dieses bis zum Ende nicht aufgedeckt wird, sondern quasi als Cliffhanger zum zweiten oder womöglich gar dritten Band der Reihe eingesetzt wird, ist unredlich gegenüber der Leserschaft und die Hauptschwäche dieses Romans.

Die Geschichte ist sonst über weite Strecken durchaus gut und leidlich spannend erzählt. Interessanter als der eigentliche Plot mit den beiden Toten ist letztlich jedoch die ganze Mutter-Tochter-Geschichte – einerseits die um Katja Sand und ihre Tochter, aber auch die um die Ermittlerin und ihre eigene Mutter.

Hanspeter Eggenberger

Christoph Wortberg
Trauma – Kein Entkommen



dtv, München 2021.
352 Seiten,
ca. 24 Franken