



Gleichstellung ist (auch) eine Frage der **PowHer** Erfahrungen und Herausforderungen im modernen Arbeitsumfeld

Fachthemen-Forum März 2026

Dagmar Fischer-Neeb

SuCoNetwork e.V.

Wir sind ein Verein: SuCoNetwork e.V.

Sustainability Collaboration Network

Unser gemeinnütziger Verein unterstützt die **17 Ziele für nachhaltige Entwicklung** (Sustainable Development Goals, SDGs) mit Engagement, Know-how und Expertise.

Unser Ziel ist es, einen **aktiven Beitrag zur Umsetzung** der UN-Agenda 2030 zu leisten, die Wege für eine nachhaltige und dauerhafte Verbesserung der Lebensbedingungen für Menschen, Tiere, Pflanzen und Unternehmen auf unserem "Raumschiff Erde" aufzeigt.



Eine persönliche und emotionale Perspektive

Persönliche Lebensgeschichten

Individuelle Erfahrungen zeigen die tiefgreifenden Auswirkungen von Gleichstellung im Beruf auf Frauen.

Emotionale Herausforderungen

Frauen erleben im Berufsalltag oft Ambivalenz zwischen Mut, Anpassung, Angriff und Zurückhaltung.

Gesellschaftliche Veränderungen

Das Teilen von Geschichten fördert Bewusstsein und treibt gesellschaftliche Gleichstellung voran.

Emotionale Reise

Die Präsentation verbindet Rückschläge, Erfolge und das Streben nach Gleichstellung emotional miteinander.



Wo stehen wir heute?

Fakten und Einordnung



Fortschritte der Gleichstellung

In den letzten Jahrzehnten gab es bedeutende Fortschritte bei der Gleichstellung im Berufsleben, trotz verbleibender Herausforderungen.

Unterrepräsentation und Gehaltsunterschiede

Frauen sind in Führungspositionen unterrepräsentiert und verdienen häufig weniger als ihre männlichen Kollegen.

Debattenfokus und Perspektiven

Wir legen unseren Fokus bewußt auf Beruf und Karriere sowie Chancen und Herausforderungen in unserem lokalen Umfeld

Gemeinsame Lösungsfindung

Statt Schuldzuweisungen sind gemeinsame Lösungsansätze notwendig, um echte Gleichstellung zu ermöglichen.

Meine Geschichte: 60 Jahre FrauenPowHer

Mut und Auffallen

Auffallen in Jugend und Kindheit war Chance und Risiko zugleich, geprägt von Mut und Anpassung.

Inspiration durch Vorbilder

Inspirierende Frauen in Führungspositionen zeigen, dass weibliche Karrierewege möglich sind trotz Herausforderungen.

Persönliche Rückschläge und Stärke

Erfahrungen mit Rückschlägen und das Durchhaltevermögen prägen den Weg zur starken Unternehmerin.

60 Jahre FrauenPowHer

60 Jahre geprägt von Mut, Kraft, Stärke und dem positiven Streben nach Macht in der Arbeitswelt.



Erfahrungen im Berufsleben: Solidarität und Sichtbarkeit

Solidarität und Unterstützung

Solidarität und gegenseitige Unterstützung sind entscheidend für den Erfolg von Frauen im Berufsleben.

Sichtbarkeit und Gleichstellung

Sichtbarkeit ist der Schlüssel zur Gleichstellung und ermöglicht Einfluss und Förderung im Beruf.

Herausforderungen und Haltung

Neid und Angst belasten das Miteinander, Mut und Wertschätzung helfen, diese Hürden zu überwinden.

Emotionale Komponente

Gleichstellung erfordert neben Gesetzen auch eine positive Haltung und gutes Miteinander.



PowHer: Die Bedeutung von Macht und Stärke

Positive Wahrnehmung von Macht

Macht wird als positive Fähigkeit gesehen, Veränderungen zu bewirken und für sich und andere einzustehen.

Stärke und Präsenz im Beruf

Stärke und Präsenz sind entscheidend, um im Berufsleben sichtbar und wirksam zu sein.

Leitmotto für Standhaftigkeit

Das Motto heißt Standhaftigkeit und soll ermutigen, niemals aufzugeben und sich nicht entmutigen zu lassen.

Aufruf zur Selbststärkung

PowHer motiviert, die eigene Stärke zu erkennen und aktiv zu nutzen.



Insights aus Interviews: Muster und Erkenntnisse

Lücke zwischen formaler Gleichstellung und gelebter Realität (v. a. informelle Netzwerke / „Old Boys Network“)

Top-Level-Haltung ist zentral: „Chefsache“ wirkt – reine HR-Delegation bleibt häufig symbolisch

Potenzial wird durch Rahmenbedingungen begrenzt (Vereinbarkeit, Teilzeit-Status, Schwangerschafts-Zuschreibungen)

Gehalt & Verhandlung: Transparenz fehlt teils; „wer fragt, gewinnt“ – aber mit sozialem Gegenwindrisiko

Alltagskultur entscheidet: Redeanteile, Mikroabwertungen, Respekt und Umgang mit Grenzverletzungen

Mentoring/Coaching/Begleitung wird wiederholt als wirksamer Hebel genannt (kontinuierlich statt einmalig)

„Quick Wins“ möglich (z. B. inklusive Sprache, neutrale Ausschreibungen) – Kulturwandel braucht Zeit & Tiefe

Bedarfe sind je nach Zielgruppe unterschiedlich → modularer Aufbau des FrauenPowHer-Angebots sinnvoll

Insights aus Interviews: Übergreifende Spannungsfelder



Individuum vs. System

Empowerment ist nötig – aber ohne Veränderungen bei Strukturen, Entscheidungswegen und Kultur bleibt Wirkung begrenzt.



Förderung vs. Überforderung

Schnelle Beförderung (z. B. über Quote) ohne Begleitung kann überfordern – nachhaltige Förderung braucht Coaching & Lernen im Job.



Sichtbarkeit vs. echter Einfluss

Formale Position/Quote erhöht Sichtbarkeit, aber informelle Macht (Netzwerke, Vorentscheidungen) bleibt oft männlich geprägt.



Quick Wins vs. Kulturwandel

Sofortmaßnahmen helfen (Sprache, Transparenz) – tiefere Verhaltensmuster verändern sich aber nur über Zeit und Kontinuität.

Mentor:in und Sparringspartner:in: Unterstützung, Wirkung und Community

Rollen von Mentor:innen und Sparringspartner:innen

Mentor:innen begleiten langfristig, Sparringspartner:innen unterstützen flexibel bei konkreten Situationen.

Praxisnahe Unterstützung

Ehrlicher Austausch, Best Practices und empathisches Zuhören sind zentrale Elemente der Unterstützung.

Mehrwert und Wirkung

Mentoring stärkt Potenziale, eröffnet neue Perspektiven und fördert nachhaltige persönliche Entwicklung.

Community und Onboarding

Community ermöglicht Austausch; Onboarding orientiert zu Erwartungen, Vertraulichkeit und Ablauf.



FrauenPowHer für Teilnehmende: Raum für Wachstum und Unterstützung

Persönliches und berufliches Wachstum

FrauenPowHer bietet einen sicheren Raum für persönliche und berufliche Weiterentwicklung sowie gegenseitige Unterstützung.

Verschiedene Unterstützungsformate

Mentoring, Sparring und Community ermöglichen individuelle Begleitung, flexible Hilfe und Netzwerkbildung.

Themen der Weiterentwicklung

Schwerpunkte sind Sichtbarkeit, Verhandeln, Karrierewege, Rollenwechsel und Selbstvertrauen.

Offen für alle Geschlechter

Das Programm fördert Gleichstellung und adressiert alle, die sich beruflich weiterentwickeln möchten.



Call to Action



Tritt unserer Community bei

- ▶ Werde Teil des Netzwerks und profitiere vom Austausch

Werde Mentor:in oder Sparringspartner:in

- ▶ Unterstütze Andere und teile Deine Erfahrungen

Melde Dich an

- ▶ Online unter [FrauenPowHer](#)



Danke

SuCoNetwork e.V.

Sustainability Collaboration Network

Hast Du Fragen?

- Möchtest Du ein ausführliches Gespräch?
- Brauchst Du mehr Informationen?
- Siehst Du Ansatzpunkte für eine Zusammenarbeit?
- Oder brauchst Du vielleicht Unterstützung in Projekten oder Aktivitäten?

Sprich uns einfach an.

Quellen: SuCoNetwork-Team, EmWo-Interviews, Bilder von Pexel.com, KI-generiert

SuCoNetwork e.V.

E-Mail: info@suconetwork.com

Webseite: www.suconetwork.com