

Willenskraft: Unterschiede zwischen Männern und Frauen

Aus unserer empirischen Studie zu den Ursachen und Trainingsmöglichkeiten der Willenskraft haben wir mit den nachfolgenden Anmerkungen die Frage nach einigen Unterschieden zwischen Männern und Frauen gestellt. Die Ergebnisse der Studie werden demnächst als Buch veröffentlicht und sind vorab im Internet unter www.willenskraft.net verfügbar.

Nimmt man alle rund 6.000 Teilnehmer der Studie, unterscheiden sich Männer und Frauen nicht wesentlich bei der Willenskraft. Untersucht man einzelne Teilkompetenzen, die die Willenskraft ausmachen, schneidet das weibliche Geschlecht etwas besser bei der Aufmerksamkeitssteuerung und Fokussierung sowie bei der Zielbezogenen Selbstdisziplin ab. Das bedeutet, dass die Damen etwas besser erkennen, worauf es ankommt, ihre Energien effizienter auf klar formulierte Ziele lenken und sich von ihren Vorhaben nicht so leicht ablenken lassen. Diese Nachteile gleichen die Männer durch ein größeres Selbstvertrauen und einen längeren Planungshorizont aus. Außerdem erholen sie sich schneller nach Niederlagen und können mit Ablehnung besser umgehen. Dabei hilft ihnen ihre stärkere Fähigkeit zur Problemlösung.

Diese Erkenntnisse gelten für alle Teilnehmer der Studie. Besonders interessant war die Frage, worin sich die überdurchschnittlich erfolgreichen Männer und Frauen unterscheiden. Die Antwort: Die beschriebenen Unterschiede sind besonders stark ausgeprägt. Mit Erfolg sind die Erfolgsvoraussetzungen gemeint, also die gelebten Werte herausragender Unternehmerpersönlichkeiten, wie sie Mihály Csíkszentmihályi, der Begründer des so genannten Flow-Konzeptes, herausgefunden hat. Zunächst einmal hat auch unsere Studie bestätigt, dass Frauen ein geringeres Einkommen erzielen, selbst wenn Sie über das entsprechende Erfolgspotential verfügen (Anmerkung: leider wird dieses Erfolgspotential bei der Führungskräfteentwicklung kaum berücksichtigt, obwohl es auch wirtschaftliche Vorteile bringt). Bei den Teilkompetenzen der Willenskraft fällt zunächst auf, dass die emotionalen Kompetenzen (Stichwort Emotionale Intelligenz) für den Erfolg nicht (!) so wichtig sind, wie man es vermuten könnte. Aus den größten Unterschieden erfolgreicher Männer und Frauen lassen sich einige konkrete Handlungsempfehlungen für Frauen ableiten, ohne dieses Geschlecht zu „vermännlichen“. Dazu einige Beispiele:

- (1) Frauen sollten ihre Fähigkeit trainieren, besser mit Ablehnung und Spannungen umzugehen, und zwar nicht (!) im Sinne des „Aushaltens“. Vielmehr sollten sie derartige Probleme und persönliche Niederlagen als lösbare Aufgaben interpretieren und entsprechend handeln. Dabei ist eine Stärkung des Selbstvertrauens sehr hilfreich das dazu beiträgt, Konkurrenzsituationen bewusst anzustreben und den eigenen Standpunkt überzeugender darzustellen. Diese Verhaltensweisen beschleunigen die Lernfähigkeit und das Vertrauen in die eigenen Stärken.
- (2) Auch im Bereich der zweiten Teilkompetenz der Willenskraft, der Vorausschauenden Planung und Problemlösung können Frauen auch einiges verbessern. Dazu gehört eine systematische Vorbereitung auf Unvorhergesehenes und die Entwicklung klarer persönlicher und beruflicher Perspektiven und Ziele, die auf ihren Wertvorstellungen gründen (persönliche Ethik). Auf jeden Fall sollten die Damen es vermeiden, die Dinge einfach auf sich zukommen zu lassen. Sie sollten nicht einfach auf Lob und Anerkennung warten, sondern dies durch einen sinnvollen Beitrag zum Erfolg der Organisation gezielt anstreben. Auch dazu ins eine persönliche Vision notwendig.

Diese Beispiele deuten auf die erfolgskritischen Kompetenzen hin. Sie sind unabhängig vom Geschlecht, relativ einfach erlernbar und formen zusammen die Willenskraft, die die sprichwörtlichen Berge versetzt.

Gießen, den 3. April 2012