

# Teil I

## Denken

Der erste Teil des Buches setzt sich mit Grundsätzen unseres Denkens und seinen sprachlichen Auswirkungen auseinander. Bei Erwachsenen gibt es kaum Denkvorgänge, bei denen Sprache keine Rolle spielt – besonders im Berufsleben. Da wir alle jeden Tag Sprache verwenden, meinen wir, Sprachexpertinnen zu sein und klar auszudrücken, was wir wollen. Leider stimmt diese weit verbreitete Annahme nicht. Das eigene Gehirn ist gar nicht in der Lage, alle Wörter aufzunehmen und zu verarbeiten, die wir täglich produzieren oder rezipieren. Sie lernen einschlägige Sprachmuster kennen (z. B. der male Bias oder bildlich gespeichertes Wissen in Metaphern) und inwiefern es Unterschiede zwischen Männer- und Frauensprache gibt. Weiterhin wird gezeigt, wie diese Sprachmuster auf die alltägliche Stereotypenbildung Einfluss nehmen und welche Wechselbeziehungen zwischen biologischen Faktoren und Sozialisation bestehen. Der Fokus liegt dabei auf Frauen- und Männerbildern in der Berufswelt und in den Medien. Damit stehen verschiedene strukturelle und

## **2 Denken**

individuelle Barrieren in Zusammenhang, die berufliche und politische Aufstiegsmöglichkeiten von Frauen behindern. Sie lernen, eigene negative Denkmuster oder Glaubenssätze zu erkennen und mittels Sprache in positive umzuwandeln.



# 1

## Wörter machen Leute

---

» Wastun Menschen ca. 70.000–100.000 mal pro Tag? Sie produzieren Wörter, die beruflich und privat über Erfolg oder kommunikativen Bruchlandung entscheiden. Das betrifft Sie genauso wie mich!

---

Bilder werden von uns zwar schneller wahrgenommen, aber umso rascher auch wieder vergessen. In unserer Lebenswelt – nicht nur online – sind wir permanent von (sprachlichen) Zeichen umgeben: angefangen beim Toilettenschild „Damen“ bis hin zur bunten Social-Media-Welt mit ihren Posts, Memes, Comments und in rasant zunehmendem Ausmaß Bewegtbildern (Videos). Themen werden eingeführt, diskutiert, bewertet, ein Wort führt zum anderen. Es sind, genau genommen, Menschen und keine Maschinen,

welche die Kommunikationsströme im Internet verursachen. Auch analog gilt das Gesetz: Eine Aussage, die jemand „in den falschen Hals bekommt“, kann für einen krisenbehafteten Arbeitstag oder Abend im Privaten sorgen.

Es ist letztlich die Macht der Wörter und deren Interpretation, mit der wir erfolgreich oder desaströs durch unser (Berufs-)Leben kommen. Diese Sprachmacht und unsere Kontrolle darüber werden jedoch von fast allen Menschen unterschätzt bzw. nicht ausgeschöpft.

---

» Da wir alle jeden Tag Sprache verwenden, meinen wir, automatisch Sprachexpertinnen zu sein und klar auszudrücken, was wir wollen.

---

Leider stimmt diese weit verbreitete Annahme nicht, denn das eigene Gehirn ist gar nicht in der Lage, alle Wörter aufzunehmen und zu verarbeiten, die wir täglich produzieren oder rezipieren. Zudem reflektieren die wenigsten Menschen ernsthaft darüber, was sie zu wem in welcher Weise selbst gesagt haben. Das können sie, ehrlich gesagt, auch gar nicht vollends: Sprachverarbeitung läuft zum großen Teil unbewusst ab. Wir vermischen Welt- und Erfahrungswissen aus früheren Gesprächen mit dem aktuellen Wortsalat, legen unsere Interpretationen darüber und halten dies dann für das Gesagte. Selbiges gilt für die Aussagen, die wir hören. Diese Tatsache wird immer wieder in der Polizeiarbeit ersichtlich, wenn Zeugen mehrmalig ihre Aussagen wiederholen. Jede hat etwas anderes gesehen – und bei jeder erneuten Befragung verändert sich die Aussage ein wenig. Sie können das an sich selbst testen, wenn Sie versuchen, mehreren Menschen die gleiche Geschichte zu erzählen – haargenau dieselbe wird es nie werden.

Wer nimmt schon täglich alle Gespräche auf Handy oder Aufnahmegerät (soll es ja noch geben) auf, um die eigene Sprache auf ihre Konsistenz hin zu analysieren? Nur ein paar verschrobene Sprachwissenschaftlerinnen oder Psychologinnen allemal.

Der bewusste Fokus auf die eigene Sprache lohnt sich allerdings. Er fördert nicht nur Sprachbewusstsein und Sprachkompetenz, sondern grundsätzlich auch eine kritisch-reflexive Geisteshaltung, mit der frau sich auf ins Leben macht. Sprechen und Denken sind dialektisch miteinander verbunden. Bei Erwachsenen gibt es kaum Denkvorgänge, bei denen Sprache keine Rolle spielt – besonders im Berufsleben. Unsere Gedanken bleiben vom Sprechen nicht unbeeindruckt sowie umgekehrt. Mit Sprache kann frau motivieren, aber auch Vorurteile aufrechterhalten. Anders gesagt: Soziale bzw. gesellschaftliche Zusammenhänge werden durch Sprache geschaffen, Sprache wiederum durch gesellschaftliche Zusammenhänge geprägt. Beispielsweise ist die Einführung der Frauenquote Ausdruck der Emanzipation der Frau in der deutschen Gesellschaft, das Wort *Quotenfrau* mit den mitschwingenden negativen Bewertungen dagegen ein sprachlicher Niederschlag dieser gesellschaftlichen Entwicklung.

Die folgenden Kapitel werden sich daher mit Grundsätzen unseres Denkens und seinen sprachlichen Auswirkungen auseinandersetzen, die Ihnen nach deren Kenntnis hoffentlich das Leben erleichtern werden.

**Ich denke, du denkst, er denkt, sie denkt ...**

---

» Haben Sie eigentlich gemerkt, dass ich auf den letzten Seiten das generische Pronomen *man* permanent durch *frau* ersetzt sowie weibliche Pluralformen verwendet habe?

---