

Das Unterbewusstsein drängt uns zurück an den Herd

Die Gleichberechtigung ist erst abgeschlossen, wenn Sie auch in unserem Unterbewusstsein fest verankert ist. Bis dahin wirken die überholten Lebensmuster unserer Vorfahren in uns und formen unsere heutige Realität - auch im Berufsleben.

Wieso die Forderung nach Gleichberechtigung von Mann und Frau immer noch aktuell ist, war mir lange Zeit völlig unverständlich. Als Leiterin von vielen weltweiten Projekten der Wirtschaftsbranche fühlte ich mich besonders in den höheren Etagen der „Männerwelt“ vollkommen akzeptiert und integriert. Die Forderung der Frauen nach Gleichberechtigung war mir fast peinlich – und was könnte deren Problem sein? Ich begann es zu ahnen, nachdem ich meinen Sohn zur Welt brachte. Nach acht monatiger Pause kehrte ich zurück zu meinem Vorgesetzten, der mich aus vergangener Projektarbeit sehr schätzt und sich kurz vor dem Ruhestand befand.

Wieso bekam ich plötzlich nur noch „stupide“ Arbeit von ihm? In einem vier Augen Gespräch, um das ich bat, riet er mir in leicht gönnerischem Ton: „Jetzt wo Sie Mutter sind, sollten Sie sich lieber um Ihren Sohn kümmern. Das ist jetzt wichtiger!“ Das war für mich wie ein Faustschlag ins Gesicht. Wie kommt er dazu, so etwas zu sagen?

Auszug aus dem Test zum Thema Gleichberechtigung

Als Mitglied meiner Familie. . .	Bewusste Antwort	Unterbewusst (Muskeltest)
... darf ich die gleichen Rechte haben wie ein Mann?	JA	Nein
... muss die Frau den Haushalt und die Kindererziehung alleine verantworten?	NEIN	Ja
...muss eine gute Mutter in den ersten drei Lebensjahren zu Hause bleiben?	Nein	Ja
...darf ich als Führungskraft arbeiten?	JA	Nein
...darf ich für die gleiche Arbeit genau so viel Gehalt bekommen wie ein Mann?	JA	Nein

Gleichberechtigung beginnt im Kopf

Offenkundig halten sich überholte Rollenbilder in den Köpfen und hinterlassen noch immer Spuren, die in uns wirken. Denn obwohl mein Sohn in meiner Abwesenheit bei seinem Vater in besten Händen war, erzeugte eine Stimme in mir

Schuldgefühle. Sie verärgerte mich mit Sätzen wie: „Eine gute Mutter muss die ersten drei Jahre zu Hause bei ihrem Kind bleiben.“ Mein Konzept „Karriere & Kind“ schien mit vielen inneren und äußeren Widerständen behaftet zu sein. Das ist Jahre her.

Als inzwischen selbständiger Business Coach haben mir meine Klienten von ähnlichen Erlebnissen berichtet. Fachsprachlich nennen wir einen solchen Unterschied zwischen bewussten und unbewussten Glaubenssystemen Inkongruenz. Diese wird von den meisten Menschen als ein innerer Konflikt mit sich selbst erlebt – und zwar unabhängig davon, ob sie diese Inkongruenz bewusst wahrnehmen.

Der Neurowissenschaftler Gerhard Roth bestätigt meine Erfahrung als Coach: Menschen sind nur dann zufrieden und leistungsfähig, wenn „...die unbewussten und bewussten Ziele motivkongruent sind, d.h. wenn man das, was das unbewusste Selbst will, auch bewusst und aus vollem Herzen tun kann, und umgekehrt.“

Eine kleine Studie sollte Antworten darüber liefern, um neue Diskussionsansätze zu platzieren. Und tat es auch.

Die Rollenbilder der Eltern wirken immer noch in uns. Die Idee für eine kleine Studie kam, nachdem ich als Karrierecoach zum internationalen Tag für Entgeltgleichheit (Equal



Trotz Emanzipation: Die Rolle der Frau ist eine Frage der familiären Prägung. Foto: shutterstock

Pay Day) eingeladen wurde, der auch in diesem Jahr wieder am 23. März in Lübeck stattfindet (siehe Seite 2). Im Rahmen von Coachings habe ich 30 deutsche Frauen zum Thema Gleichberechtigung befragt. Ich bat sie zunächst um verbale Antwort auf die Testfragen. Anschließend wurden die im Unterbewusstsein gespeicherte Überzeugung anhand des kinesiologischen Muskeltests getestet. Neun von zehn Frauen haben so geantwortet wie in der Tabelle.

Fast alle Frauen haben die bewussten Antworten zunächst mit Unverständnis, aber ohne Zögern beantwortet mit dem Tenor: „Natürlich darf ich die gleichen Rechte haben wie ein Mann.“ Auf die unbewussten Antworten reagierten sie entsprechend schockiert. Aufgrund der kleinen Stichprobe bin ich weit entfernt davon, die Erkenntnisse aus dieser kleinen Studie als repräsentativ und allgemeingültig zu bezeichnen.

Die Lebensmuster werden in der Kindheit geprägt

Die mittlere limbische Ebene ist die der unbewusst emotionalen Konditionierung und somit von der individuellen Erlebniswelt abhängig. Alles, was der Körper erlebt, wird ausschließlich nach den daraus resultierenden positiven und negativen Konsequenzen – auch als Beobachter Dritter – bewertet und

WEITERE INFO

Die Autorin Monika Hoyer ist selbständiger Business Coach. Sie hat die Methode BSDR (Belief System Decodation and Reprocessing) entdeckt und entwickelt. www.monikahoyer.de



mit entsprechenden Emotionen fest verbunden.

Von wenigen Ausnahmen abgesehen, haben wir unsere Eltern und Großeltern in der Rolle der „Hausfrau“ und des „Ernährers“ erlebt – alternative Lebenskonzepte hatten damals kaum eine Chance. Das Erfüllen der Lebensmuster wurde über Generationen durch den Staat materiell und sozial belohnt, das Abweichen mitunter hart bestraft.

Bei der emotionalen Konditionierung werden ganze Cluster von Glaubenssätzen gebildet. Die Summe vieler Cluster bildet ein komplexes Glaubenssystem, welches die Werte, Nor-

men und Regeln der Familie spiegelt und unser Verhalten über Emotionen steuert. Häufig kommen diese erst zum Vorschein, wenn wir ein bestimmtes Alter oder einen bestimmten Lebensabschnitt erreicht haben. Bis dahin „schlafen“ die Strukturen in unserem Gehirn. Weichen wir von den dort als gut befundenen Strukturen ab, entsteht in unserem Körper Stress.

Der Einfluss unseres Großhirns mit der Möglichkeit des reflektierenden Nachdenkens und dem Entwickeln von Zielvorstellungen wird bei der Verhaltenssteuerung allgemein überschätzt, da er einen nur geringen Einfluss auf das limbische System hat.

Unbewusste Glaubenssysteme entschlüsseln

Mit dem tiefen Verständnis des limbischen Systems und seiner Macht über unser Leben wurde mir klar, wie bedeutend der aktuelle Einfluss von Politik und Wirtschaft auf das zukünftige Leben unserer Kinder ist, denn diese speichern die Rollenbilder in ihrem limbischen System ab, die wir ihnen jetzt vorleben.

Wer einschränkende Glaubensstrukturen in befreiende Strukturen umwandeln möchte, dem kann durch Coaching-Methoden wie BSDR geholfen werden. (mehr dazu unter www.BSDR-coaching.de)

■ Monika Hoyer