



# Interview

**Antje Heimsoeth**, Speakerin und Expertein für mentale Stärke  
[www.antje-heimsoeth.com](http://www.antje-heimsoeth.com)

**Sie berichten davon, „stutenbissigem“ Verhalten begegnet zu sein. Inwiefern?**

Die berühmte „Stutenbissigkeit“ hat viele Gesichter: Eines davon ist die Blockade – das gegenseitige Ausbremsen. Warum tun sich Frauen, die sich u. a. das Thema „Frauen sollten Frauen unterstützen“ auf die Fahnen schreiben, im Ernstfall so schwer damit? Die offizielle Begründung lautet oft Zeitmangel.

**Und was steckt wirklich dahinter?**

Mädchen werden heute dazu erzogen, dass sie fürsorglich und mitfühlend sein sollen. Für Konkurrenzkämpfe werden sie in der Regel sanktioniert. Daher gilt ein offener Kampf unter Frauen als würdelos und peinlich – er

ist sozusagen ein gesellschaftlicher Tabubruch. Damit fehlt uns Frauen aber der geübte Umgang mit solchen Konkurrenzsituationen. Aus mangelnder Souveränität flüchten wir uns deshalb in unterschwellige Machtspielereien, die sich dann eben in Lästern, Sticheleien oder Missachtung zeigen.

**Welche Folgen hat dieses Verhalten?**

Wir blockieren uns selbst und andere. Stutenbissigkeit ist eine jener weiblichen Stolperfallen, die das Vorwärtstreben von Frauen an die Spitze behindert und lähmt. Solange Frauen und Mütter von ihresgleichen dafür verurteilt werden, wie sie ihre Prioritäten – Familie, Karriere, Kinder etc. – setzen, wird keine Frauenquote dieser Welt die Situation im Management

und in den Unternehmen nachhaltig verändern. Daher appelliere ich an die Toleranz der Frauen untereinander.

**Was wäre Ihrer Meinung nach ein besserer Ansatz?**

Um sich nicht unterlegen zu fühlen, wenn Ihnen eine stärkere Geschlechtsgenossin begegnet, sollten Sie sich Ihre eigenen Stärken, Talente und Fähigkeiten bewusst machen. Dann ist man selbstbewusst – und nicht jedem Konflikt muss aus dem Weg gegangen oder indirekt auf Nebenschauplätzen ausgetragen werden. Dann muss ich andere nicht abwerten, sondern kann mit einer Frau als Vorbild suchen und von ihr lernen. Wenn wir zusammenhalten, können wir uns gegenseitig nach oben helfen.