

Veronika Fischer



# FEMALE WORKING

Wie wir weibliche  
Qualitäten als  
Ressourcen nützen

KREMAJR & SCHERIAU

**Veronika Fischer**

# **Female Working**

**Wie wir weibliche  
Qualitäten als  
Ressourcen nützen**

**KREMAJR & SCHERIAU** © Kremayr & Scheriau 2025

**Bitte beachten Sie die Sperrfrist bis 18. Februar 2025!**



***Für Mama,***  
*die mir immer wieder sagt,*  
*wie wichtig meine Arbeit ist –*  
*wie auch immer sie aussieht.*

# Hallo!

Schön, dass du hier bist. Da du dieses Buch zur Hand genommen hast, bist du vermutlich auf der Suche nach einer Veränderung und neuen kreativen Impulsen für dein Leben. In diesem Fall bist du hier genau richtig. Willkommen!

Female Working? Geht es darum, wie Frauen mehr oder besser arbeiten können? Nein. Es geht um einen Zugang zur Arbeitswelt aus der weiblichen Perspektive, der allen Menschen – nicht nur Frauen – neue Möglichkeiten eröffnen kann. Und mit Working – also Arbeit – ist ebenfalls ein breites Verständnis gemeint. Arbeit kann schließlich vieles sein: Erwerbsarbeit, Sorgearbeit, Hausarbeit, ehrenamtliche Arbeit, Beziehungsarbeit und Arbeit an sich selbst. All diese Bedeutungen fließen in diesen Text ein, und so findest du hier nicht nur Ideen für die Businesswelt, sondern auch für die Arbeit zu Hause oder in anderen Bereichen, an die wir nicht unmittelbar denken, wenn wir dem Wort „Arbeit“ begegnen. Dieses Buch richtet sich also an alle – egal ob du CEO in einem großen Konzern bist, einen Familienalltag managst oder beides gleichzeitig stemmst.

OUR GENERATION IS  
BECOMING SO BUSY  
TRYING TO PROVE  
THAT WOMEN CAN  
DO WHAT MEN CAN  
DO, THAT WOMEN  
ARE LOSING THEIR  
UNIQUENESS.

WOMEN WEREN'T  
CREATED TO DO  
EVERYTHING A MAN  
CAN DO. WOMEN  
WERE CREATED TO  
DO EVERYTHING A  
MAN CAN'T DO.

## TRIGGERWARNUNG

Es kann sein, dass dich bestimmte Sätze und Gedanken in diesem Buch wütend machen oder du abweisend darauf reagierst. Meiner Erfahrung nach ist es genau dann spannend, sich nochmal intensiver mit den entsprechenden Themen zu beschäftigen. Meistens liegt hinter der Wut eine Erkenntnis für dich und du reagierst deshalb vehement darauf, weil dein System merkt, dass durch den Gedanken etwas Unangenehmes oder Bedrohliches in Bewegung kommt. Wenn dich also etwas triggert, dann nimm dir Zeit dafür, geh damit spazieren und horch in dich hinein, welche Impulse kommen, wenn du dich näher mit diesen Gedanken beschäftigst und welche Ängste vielleicht dahinterstecken.

## GENDERZEICHEN •

Um das Gendern der Sprache hat sich in den letzten Jahren eine stark aufgeladene Diskussion entwickelt. Ist Gendern notwendig? Yes, please! Unsere Sprache war schon gendert, bevor all die Zeichen ausprobiert und eingeführt wurden – nur eben in einem generischen Maskulinum. Sprache prägt unsere Realität und wenn jemand sagt, dass Frauen und andere Geschlechtsformen ja mitgemeint sind, dann kommt das oftmals nicht in der Praxis an. Nehmen wir als Beispiel folgenden Satz: „Drei Anwälte betreten den Gerichtssaal, einer von ihnen trägt ein Kleid.“ Na – wer denkt jetzt an einen Mann im Kleid? Eben. Die Strukturen in unserem Denken sind nicht so flexibel.

Als Genderzeichen wird in diesem Buch dieser Punkt verwendet: • Er dient ursprünglich in Wörterbüchern zur Silbentrennung. Entdeckt habe ich ihn im Roman der österreichischen Autorin Mareike Fallwickel: *Die Wut, die bleibt* (Rowohlt, 2022). Die Autorin hat sich für dieses Zeichen entschieden, da es nicht mit Argumenten für oder gegen bestimmte Personengruppen besetzt ist, wie es in der Genderdiskussion bei anderen Zeichen der Fall ist. Das Binnen-I oder der Schrägstrich schließen beispielsweise nur zwei Geschlechter ein, andere Zeichen wie das Sternchen, der Unterstrich oder der Doppelpunkt können oftmals von Vorleseprogrammen nicht erkannt werden und sind somit nicht barrierefrei. Der Silbentrennpunkt ist ein neutrales Zeichen und schließt damit alle Formen von Geschlecht ein. Mir gefällt dieser Punkt aus den genannten Gründen sehr gut. Ich empfinde ihn als optimal lesbar und ästhetisch. Außerdem finde ich es spannend, die bestehende Diskussion um eine neue, kreative Möglichkeit zu erweitern.



© Kremayr & Scheriau 2025  
Bitte beachten Sie die Sperrfrist bis 18. Februar 2025!

# ABOUT YOU

In diesem Buch geht es um Qualitäten, die oftmals als weiblich gelabelt werden und die wir stärken müssen, um eine neue Arbeitskultur zu erschaffen. Ich zeige dir in diesem Kapitel *About*, worin unsere aktuellen Probleme und Herausforderungen bestehen. Im Hauptteil des Buches präsentiere ich dir *Female Qualities* – wie das zyklische Verständnis von Prozessen, ein solidarisches Miteinander und die schöpferische Kraft, die in uns allen steckt. Es geht um die innere Balance im Alltag, um das Wahrnehmen der Intuition, um radikale Fürsorge und darum, den eigenen Stil zu finden als auch uns und unseren Planeten zu schonen und zu heilen. In diesen Qualitäten liegt ein großes Potenzial, das eine komplett neue Sicht auf die Arbeit ermöglicht, wenn es ausgelebt werden und sich entfalten kann. Dadurch kommen wir weg vom bisherigen Prinzip des Höher-Schneller-Weiter und erreichen mehr Tiefe und Verbindung, Entschleunigung und Achtsamkeit. Um aus all diesen Ideen ein breiteres Verständnis von Arbeit sowie eine neue Arbeitskultur entstehen zu lassen, braucht es kreative Ideen, ein gutes Netzwerk und Austausch. Daher stelle ich dir Künstler:innen vor, die mich auf meinem Weg begleiten. Sie ermöglichen dir Einblicke in ihre Art zu arbeiten und inspirieren dich vielleicht, neue Wege zu gehen. Im Schlusskapitel *How to* findest du eine Zusammenfassung der zentralen Punkte und eine Anleitung, wie das Konzept von *Female Working* in deinem Alltag und in Unternehmen umgesetzt werden kann.

Die Arbeitswelt unterliegt einem ständigen Wandel. Die Unterschiede von Klasse, Geschlecht und Rasse sind immens und für alle Formen von Arbeit gelten andere Regeln. In diesem Buch gibt es keine Analyse der einzelnen Arbeitsformen und keinen Fokus auf die damit verbundenen Ungerechtigkeiten, sondern einen Blick auf einen konstruktiven Umgang und individuelle Lösungen. Und ja, die Verteilung von Arbeit kann wahnsinnig ungerecht sein – dazu muss man noch nicht einmal den Blick auf strukturelle Probleme richten. Auch in ein und demselben Job kann es für zwei verschiedene Personen zwei Wahrnehmungen geben und damit eine ungerechte Verteilung. Es gibt Lebensumstände, die einer Person all ihre Kraft und Energie abfordern, während andere Menschen in gleichen Settings mit Leichtigkeit und

Freude arbeiten. Egal in welchen Bereich man schaut, gibt es immer Menschen, die unter ihren Lebensumständen leiden und andere, die genau damit glücklich sein können. Das liegt an verschiedenen Faktoren, wie den Ressourcen einer Person, ihren familiären Umständen, ihrer psychischen und physischen Gesundheit oder ihrem Energiehaushalt. In diesem Punkt ist es wichtig, die beiden Begriffe *Gleichheit* und *Gerechtigkeit* zu differenzieren. Es gibt das schöne Bild von zwei Menschen, die hinter einem Zaun stehen, der so hoch ist, dass sie nicht rüberschauen können. Die beiden Personen sind unterschiedlich groß. Geben wir ihnen nun gleich große Kisten, um darauf zu stehen, kann die eine Person über den Zaun schauen, während die andere noch immer zu klein ist – es ist also nicht gerecht, wenn beide das Gleiche bekommen. Sie brauchen unterschiedlich große Kisten, um ihr Ziel zu erreichen. *Gerechtigkeit* bedeutet also im Gegensatz zu *Gleichheit*, dass jede-r das bekommt, was er oder sie braucht. Wenn wir Gleichberechtigung fordern, dürfen wir keine Pauschallösungen anwenden, denn die Voraussetzungen sind dafür viel zu unterschiedlich.

**Und genau darum geht es  
in diesem Buch:  
Egal in welcher Situation du  
gerade steckst – da wird immer  
jemand sein, dem oder der es noch  
schlechter geht und du wirst immer  
Menschen finden, die es besser  
haben. Und das ist okay,  
denn es geht um *deinen* Weg.**

Es gibt ganz unterschiedliche Möglichkeiten, wie du dein Leben gestaltest. Du kannst den Fokus auf die Karriere legen, auf die Familie oder auf deine eigene Entwicklung. Du kannst all deine Leidenschaft in deiner Arbeit ausleben oder auf Veränderungskurs sein, da dich dein Job ausbrennt. Es gibt die Möglichkeit, die Arbeit als Zweck zum Geldverdienen zu sehen, was dir andere Dinge ermöglicht, wie Wohlstand, Familie, oder eine qualitativ hochwertige Freizeit ... Es kann sein, dass du mit deiner Tätigkeit sehr viel Geld verdienst oder aber kaum über

die Runden kommst. Vielleicht teilst du dir Erwerbs- und Care-Arbeit mit anderen Personen oder stemmst alles alleine. Du könntest Geld erben, im Lotto gewinnen oder durch einen geschickten Schachzug reich werden und nie wieder arbeiten müssen. Du kannst freiberuflich arbeiten oder im Angestelltenverhältnis, zehn, zwanzig, dreißig, ... oder hundertfünfzig Prozent. Es kann sein, dass du körperlich hart arbeitest und dir abends alle Knochen wehtun oder dass du Denkarbeit leistest, die nur im Kopf stattfindet. Du kannst auf Jobsuche sein, krankgeschrieben, im Sabbatical oder ganz bewusst ohne Arbeit.

**All diese Wege sind möglich und jeder für sich hat Vorteile, aber auch Nachteile. Du hast dir einen davon ausgesucht und wenn du damit glücklich bist, ist alles perfekt! Wenn du aber das Gefühl hast, dass du vielleicht noch die ein oder andere Weiche neu stellen möchtest, dann let's go!**

Warum ist die Kunst wichtig, wenn wir unser eigenes Schaffen reflektieren? Dafür gibt es mehrere Gründe. Zum einen gibt es ein sehr wirkungsvolles Mittel, um aus einer gewohnten Ordnung und Struktur auszubrechen: Kreativität! Sie ist ein super Spielfeld, um mit alten Verhaltensmustern zu brechen und neue Angewohnheiten zu etablieren. In der Welt der Kunst gibt es immer wieder neue Trends und Stilrichtungen, die eine Epoche prägen. Sie brechen mit den traditionellen Regeln, stellen diese infrage und drehen die Dinge auf den Kopf. Und oftmals sind die Bestrebungen der Künstler·innen wegweisend für andere Bereiche der Gesellschaft. In der Kunst findet vieles statt, das vorausdenkt, Fragen stellt für die Problematik unserer Zeit und Lösungen findet. Kunst ist also oftmals die Avantgarde, die etwas Neues aufzeigt, andere Wege geht und Themen so interpretiert, wie sie dann von der Masse übernommen und gesamtgesellschaftlich umgesetzt werden.

Und auch du kannst deine Kreativität als Avantgarde für dein eigenes Handeln nutzen. Wenn du künstlerisch tätig bist, erforschst und etablierst du neue Verhaltensmuster. Im kreativen Schaffen lernst du, dass du immer wieder von vorne beginnen kannst – es gibt keine Fehler; jede Handlung wird am Ende Teil deines Gesamtkunstwerks. Du kannst hier lernen, mutig und radikal zu sein, dich von deiner Perfektion zu verabschieden und deine Wildheit rauszulassen.

Es geht dabei nicht darum, etwas möglichst ästhetisch zu gestalten, sondern um einen Prozess, der dein Inneres in eine sichtbare Form bringt. Ein Gefühl, ein Gedanke, eine Stimmung kann durch die Kunst nach außen gelangen, von anderen wahrgenommen werden und auf Resonanz stoßen. Kunst ist also ein transformativer Akt – ein Ausdruck, ein Kommunikationsmedium. Und dabei ist es egal, ob du malst, singst, schreibst, töpferst, webst, strickst, zeichnest, beatboxt, bildhaust, schnitzt, rappst, dchtest, tanzt, fotografierst – oder was auch immer dich anspricht.

Schon seit Jahrtausenden liegt die Kunst auch in der Hand von Frauen – in den meisten Museen sehen wir dennoch überwiegend Werke von männlichen Künstlern. Die weibliche Kunst hat aber eine Tradition, die wir insbesondere in handwerklichen Arbeiten finden können. Hier wurde seit jeher künstlerisch gearbeitet – und das zum Teil sehr geschickt, ästhetisch und kreativ. Diese weiblichen Werke sind in der Kunstgeschichte allerdings weitestgehend unsichtbar; wir finden sie eher in Heimatmuseen oder Privatsammlungen.

**Wenn du ein Talent hast,  
so sehe ich es als Pflicht an,  
diesem nachzugehen  
und dich damit zu zeigen.  
Es gibt so viel Dunkelheit  
und Grausamkeit in der Welt.  
Um die Balance zu halten,  
muss daher auch die Schönheit  
und das Gute zu sehen sein.**

Oftmals sind es die negativen und destruktiven Kräfte, die laut sind und alles übertönen. Daher müssen wir das Helle ebenso laut und unübersehbar machen. Auch wenn es dir banal erscheinen mag, ein Bild zu malen, ein Lied zu singen, ein Gedicht zu schreiben oder etwas zu formen – es ist alles andere als banal. Es verändert unsere Welt ein kleines Stück zu einer besseren. Also zeig dich mit all deiner Buntheit und Schönheit, auch wenn das nicht immer einfach ist. Damit inspirierst du andere Menschen – die nichts von deinem Wirken mitbekommen, wenn du es nur für dich alleine machst. Das geht im eigenen Umfeld, im Freundes- und Familienkreis, an dem Ort, an dem man wohnt oder auch in größerem Umfang. So bieten zum Beispiel die Sozialen Medien wunderbare Wege zur verstärkten Sichtbarkeit. Es geht ganz leicht – mit nur ein paar Klicks ist dein Schaffen für andere zugänglich. Du kannst aber auch ein Schaufenster anmieten oder in einem Café fragen, ob du dort deine Bilder ausstellen darfst. Du kannst deine Freund•innen zu einer Talentrunde oder einem kreativen Austausch einladen, unbenutzte Winkel in deiner Stadt bespielen oder im nächsten Kunstraum anfragen. Egal wie – zeig dich der Welt! Das gilt auch für alle anderen Fähigkeiten und Talente. Du kannst gut kochen, gut zuhören oder bist ein Organisationstalent? Du hast dich in einem bestimmten Thema weitergebildet, eingelesen und geforscht? Du hast eine Idee für ein Produkt oder eine Dienstleistung, die es so noch nicht gibt? Dann raus damit!

Wenn du ins Machen und in kreative Phasen kommst, dann erlernst du Fähigkeiten wie Flexibilität, Improvisation und das Herstellen von neuen Dingen. Je mehr du dich traust, desto kleiner werden dein Kontrollwahn, deine Selbstzweifel und Hemmungen, da du erleben kannst, wie viel Spaß es macht, im Flow zu arbeiten und nicht allzu viel darüber nachzugrübeln. Die Skills, die wir im kreativen Arbeiten erlernen, können wir dann auf andere Formen der Arbeit übertragen. Kreativität ist auch im Business und im Alltag hilfreich. Es geht nicht darum, dass wir uns mit einer Fähigkeit profilieren und miteinander konkurrieren, besser zu sein als andere – das ist ein Verhalten, das ich der „alten“ Arbeitswelt zuordne, die wir hinter uns lassen sollten. Vielmehr geht es darum, neue und eigene Wege, spannende Lösungsansätze und Kommunikationsstrategien zu finden und diese in der Arbeitswelt zu etablieren.

Dieses Buch ist übrigens ganz ohne Stress und Nachtschichten entstanden. Ich habe dafür viel gelesen, geforscht, mich unterhalten und geschrieben. Ein Buch ist ein ambitioniertes Projekt. Es kann Angst machen, vor einem weißen Blatt zu sitzen und gleichzeitig die Deadline in Sichtweite zu haben. Ich habe mir vorgenommen, dieses Buch

in Ruhe, mit Freude und Leichtigkeit zu schreiben. Manchmal bin ich statt an den Schreibtisch lieber schwimmen gegangen oder habe eine Freundin getroffen und mich mit ihr ausgetauscht. Mein großer Voratz für dieses Buch war, dass der Entstehungsweg auch zum Inhalt passen soll. Genau darum habe ich einige dieser Gespräche hier eingefügt. Austausch ist für mich ein ganz zentrales Element für Wachstum und Entwicklung, für Unterstützung und Halt. Hier erzählen dir Künstler\*innen von ihren Ausdrucksformen, ihren Techniken und ihrem persönlichen Weg. Eines dieser Gespräche hat auf dem Spielplatz stattgefunden, während meine Kids Spatzen gefüttert und Sandburgen gebaut haben. Für ein anderes saßen wir abends im Restaurant „Zum Wilden Mann“ am Seeufer und aßen frisch gebratenen Fisch. Ein Interview hat in einem Garten stattgefunden, zwischen Hühnern und Kindern auf einem Trampolin und mit selbstgekochtem Kokoscurry. Andere Gespräche wurden am Telefon geführt, abends, als die Kinder schon schliefen. Manches ging per E-Mail hin und her, und ein Gespräch, das wegen zu viel Alltag nicht stattfinden konnte, wurde von mir durch einen Liebesbrief ersetzt. All das sind sehr diverse Formen von Meetings und Besprechungen. Wir brauchen keine Konferenzräume und Hosenanzüge, um einer Erwerbsarbeit nachzugehen. Denn Business ist schließlich das, was wir draus machen!

**Jetzt wünsche ich dir  
eine ordentliche Portion Neugier  
und Mut – und vor allem  
ganz viel Freude dabei,  
deinen eigenen Weg  
zu erforschen!**

## IMPRESSUM

[www.kremayr-scheriau.at](http://www.kremayr-scheriau.at)

ISBN 978-3-218-01462-5

Copyright © 2025 by Verlag Kremayr & Scheriau GmbH & Co. KG, Wien

Rotenturmstraße 27/5, 1010 Wien

[office@kremayr-scheriau.at](mailto:office@kremayr-scheriau.at)

Alle Rechte vorbehalten

Cover: Miriam Stepper und Annabelle Flaig-Höpfer

Coverbild: Unsplash (@nypl)

Typografische Gestaltung und Satz: Annabelle Flaig-Höpfer

Lektorat: Textschiff – Christina Bösel

Herstellung: vielseitig.co.at

Druck und Bindung: Florjančič tisk d.o.o., Slowenien

© Kremayr & Scheriau 2025

Bitte beachten Sie die Sperrfrist bis 18. Februar 2025!