



Zweifel umdeuten

Nachhaltige wirtschaftliche Entscheidungen entstehen dort, wo Konsequenzen rechtzeitig durchdacht und Risiken sorgfältig abgewogen werden. Zweifel können dabei ein wertvoller Teil eines professionellen Entscheidungsprozesses werden. Sie zeigen, dass Verantwortung ernst genommen wird.

Praxisinhaber/-innen treffen täglich Entscheidungen mit personellen, wirtschaftlichen und medizinischen Auswirkungen. Sie führen Teams, gestalten Arbeitskultur und tragen unternehmerische Verantwortung. Das trifft auf Männer wie Frauen gleichermaßen zu. Doch stellen sich gerade Frauen nach innen häufig Fragen: War diese Entscheidung richtig? Habe ich Prioritäten sinnvoll gesetzt? War ich im Mitarbeitergespräch eindeutig genug? Solche Selbstzweifel werden gemeinhin als weibliche Schwäche deklariert. Dabei sollten sie, vielmehr im Gegenteil, als Ausdruck von Reflexionsfähigkeit und Verantwortungsbewusstsein verstanden und gelebt werden.

Souverän nach außen, superkritisch nach innen

In vielen Organisationen gilt Führung noch immer als Synonym für Entschlossenheit und Durchsetzungsfähigkeit. Wer führt, soll souverän auftreten und Sicherheit ausstrahlen. Zweifel passen nicht in dieses Bild und bleiben daher meist unausgesprochen. Gerade leistungsstarke Frauen mit hoher fachlicher Kompetenz und Erfahrung hinterfragen sich besonders intensiv. Auch, weil sie mit dem Anspruch aufgewachsen sind, über die Maße kompetent sein zu müssen, um ernst genommen zu werden. Daraus entsteht ein hoher innerer Maßstab, der für eine präzise und verlässliche Arbeitsweise sorgt, aber zugleich enormen Druck erzeugt. Ein prägnanter Ausdruck dieses Musters ist das Impostor-Syndrom. Erfolge werden relativiert, Lob wird kaum angenommen und die eigene Leistung erscheint nie ausreichend. Hinzu kommt die Sorge, irgendwann „entlarvt“ zu werden. Der innere Anspruch steigt, unabhängig vom tatsächlichen Erfolg.

Dauerstress durch Dauerzweifel

Viele Frauen in Führungsrollen spielen konsequent die Rolle der souveränen Entscheiderin. Und liegen dann nachts wach, während sie Gespräche im Kopf immer wieder durchgehen: *War ich klar genug? Stark genug? Zu fordernd? Zu weich?* Der permanente Anspruch, möglichst fehlerlos zu wirken, kostet Kraft. Diese Energie fehlt dann für strategisches Denken, Innovation und echte Präsenz. Auf Dauer führt das zu Erschöpfung.

Ist das, was ich denke, tatsächlich wahr?

Der erste Schritt aus diesem Muster gelingt durch Wahrnehmung. Zweifel in der Dauerschleife verlieren an Schärfe, sobald sie bewusst gemacht werden. Hilfreich ist es, sie im Gespräch mit einer vertrauten Person auszusprechen oder ganz schlicht im eigenen Notizbuch sichtbar zu machen. Im nächsten Schritt folgt der Realitätscheck: *Ist das, was ich denke, tatsächlich wahr? Welche Fakten stützen diesen Zweifel und welche sprechen dagegen?* Ebenso wichtig ist eine objektive Betrachtung der eigenen Kompetenz: *Welche Entscheidungen habe ich in der Vergangenheit richtig getroffen? Welche Herausforderungen habe ich bewältigt? Welche Rückmeldungen bestätigen meine Fähigkeiten?* Tatsachen entlarven den inneren Kritiker und verankern das Selbstvertrauen in die eigene Person wieder in der Realität.

So entsteht aus Zweifel Klarheit. Wer reflektiert und seine eigene Expertise kennt, handelt mit größerer innerer Sicherheit. Zweifel werden dann nicht länger als Schwäche wahrgenommen, sondern zu einem wichtigen Instrument professioneller Selbstführung. ■

Lektüretipp: „Bambi Boss. Female Leadership transformierend, authentisch, souverän – was sonst!“ von Ute Zischinsky.
Erschienen im Verlag BusinessVillage.

Ute Zischinsky
Business Coachin • Female Leadership Mentorin
Keynote-Speakerin • Autorin
www.verenalaumayer.de



APEX FLEX

DER ERSTE VOLLSTÄNDIGE, VALIDIERTE SAME-DAY-WORKFLOW FÜR FLEXIBLE TEILPROTHESEN

Der SprintRay Workflow ist die erste durchgängige Chairside-Lösung für flexible Teilprothesen. Kein zweiter Termin. Keine Vorkenntnisse im 3D-Druck erforderlich. Schließen Sie die Lücke – und schenken Sie Ihren Patienten ein selbstbewusstes Lächeln, noch bevor sie Ihre Praxis verlassen.



MEHR ENTDECKEN

Scannen. Drucken.
Versorgen. In nur 2 Stunden.

