

Spenden- sammlung 2023 läuft

Damit allen weiblichen Kandidierenden die Möglichkeit gegeben wird, sich in der Wahlzeitung zu präsentieren, ist die Frauenzentrale Appenzellerland auf viele Spenden angewiesen.

Möglichkeiten zu spenden:

Es stehen Ihnen die Wahlseite spenden.frauen-zentrale.ch, die Einzahlung via IBAN oder auch TWINT zur Verfügung. Auf Anfrage senden wir gerne auch Einzahlungsscheine.

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an info@frauenzentrale-appenzellerland.ch.

IBAN:

CH64 0076 3000 1344 4010 9
Frauenzentrale Appenzellerland, Scheibe 14,
9100 Herisau

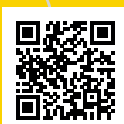
TWINT



Spendenseite:

spenden.frauen-zentrale.ch

Für Ihre Unterstützung dankt die Frauenzentrale Appenzellerland jetzt schon.



«Ich sehe mich als Täterin, nie als Opfer»

Sabrina Huber ist Beraterin für strategische Kommunikation und Reputation. Im Interview gibt sie Tipps, wie sich Frauen in der Öffentlichkeit positionieren können und was sie dabei beachten sollten.

«Ich bewundere alle Frauen, die sich für ein politisches Amt zur Verfügung stellen», sagt Sabrina Huber. Sie selbst hat sich bewusst gegen eine politische Karriere entschieden. Dafür setzt sie sich im Berufsleben ein, dass Frauen sichtbarer werden und selbstbewusster auftreten. «Ich sehe mich im Rahmen der Genderdiskussion immer als Täterin, nie als Opfer», sagt sie. Frauen, die sich in der Öffentlichkeit engagieren wollen, rät sie, sich zu überlegen, wie sie wahrgenommen werden wollen. «Das grösste Risiko ist, wenn man die eigene Reputation dem Zufall überlässt», sagt die Expertin. Wer aktiv statt reaktiv kommuniziert, könne damit die Reputation – also das Fremdbild – selbst beeinflussen.

Wie kann sich eine Frau in der Öffentlichkeit, in der Politik positionieren?

SABRINA HUBER ● Ganz am Anfang stehen Fragen wie «Wer bin ich?», «Wie bin ich?», «Was ist meine Rolle?», «Was hat die Zielgruppe für Bedürfnisse und Erwartungen?». Danach kann sie ihre Ziele und Themen sowie Kommunikationsmassnahmen festlegen, entscheiden, auf welchen Plattformen sie aktiv sein will, an welchen Podien sie teilnimmt, zu welchen Themen sie Medienaufmerksamkeit erteilt – oder eben nicht. Social Media ist in der Kommunikation eine Selbstverständlichkeit geworden. Man braucht nicht unbedingt einen eigenen Account, doch ein Grundinteresse und gewisse Kompetenzen werden vorausgesetzt. Wer Social Media gezielt und gekonnt nutzt,



erreicht auch jüngere Zielgruppen und ist näher am Puls. Exekutivpolitikerinnen, die sich dem Thema partout verschliessen, machen damit auch eine Aussage.

Ich habe mich für einen Account entschieden. Wie gehe ich nun vor?

S.H. ● Mach es ganz oder gar nicht. Wer einen Account hat, soll ihn hegen und pflegen. Es müssen nicht nur politische Beiträge veröffentlicht werden, auch Persönliches hat Platz. Es ist entscheidend, regelmässig zu posten, Hashtags zu setzen, in den Dialog zu gehen. Man braucht einen Grundrucksack, lernt aber auch «on the job». Ich muss mir gut überlegen, was ich posten, liken und kommentieren will. Entweder eigne ich mir selbst die entsprechenden Kompetenzen an oder ich suche mir jemanden, der mich berät.



Was für Beiträge soll ich selbst liken und kommentieren?

s.H. ● Auf Facebook oder LinkedIn muss man sich bewusst sein, dass andere sehen, was ich like und kommentiere. Meine Meinung wird sichtbar, schon einzelne Likes positionieren mich mit. Und wie im «richtigen Leben» ist auch auf Social Media Respekt und Freundlichkeit angebracht. Ich kann auch den Beitrag des Gegenkandidaten liken, sehr bewusst kommentieren und dadurch Botschaften auf der verbalen und nonverbalen Ebene senden.

Männer tragen Anzug und Krawatte. Zu welcher Kleidung rätst du Frauen?

s.H. ● Die Zeiten von Anzug und Krawatte sind vorbei. Auch Männer kleiden sich heute eher casual. Am wichtigsten ist, dass sich die Frau in ihren Kleidern wohlfühlt und diese ihre Persönlichkeit unterstreichen. In meiner Karriere war und bin ich oft in männlichen Gremien unterwegs, trug anfangs meist schwarze oder graue Hosenanzüge. Doch ich habe gelernt, dass sich Frauen nicht den Männern anpassen,

sondern lieber ganz bewusst weibliche Akzente setzen und Farbe bekennen sollten. Klar, knallige Farben können von der Botschaft ablenken, was schade ist. Um im politischen oder geschäftlichen Umfeld einen seriösen Eindruck zu machen, empfehle ich stets ein dreiteiliges Outfit – also z.B. Hose, Shirt, Blazer oder Jupe, Bluse, Jäckli. Kleider und Farben sind auch Botschaften!

Wer in der Öffentlichkeit steht, ist Kritik ausgesetzt. Wie gehe ich damit um?

s.H. ● Eine Politikerin ist als Persönlichkeit, aber auch im Gremium angreifbar. Genau in dieser Situation ist es wichtig, sich selbst, die Rolle, die eigenen Werte und Themen zu kennen und dafür einzustehen. Wer einen Fehler oder eine falsche Aussage gemacht hat, steht dazu. Bei einem guten Ruf geht es nicht darum, perfekt zu sein. Man kann lernen, mit Kritik umzugehen und auf Angriffe gezielt zu kommunizieren. Als Politikerin oder Geschäftsfrau verlasse ich die Komfortzone regelmässig, setze mich der Kritik aus, gehe durch die Angst hindurch. Und genau

dann wachse ich als Persönlichkeit. Grundsätzlich ist es immer einfacher, sich für statt gegen etwas einzusetzen. Dieser Mindset bietet weniger Angriffsfläche und fördert die positive Energie.

Welche Tipps hast du für Kandidatinnen im Umgang mit Medien?

s.H. ● Medienkompetenz ist im Wahlkampf und nachher im Amt ein Erfolgsfaktor. Darum rate ich jeder Kandidatin, jeder Politikerin und jeder Frau, die in der Öffentlichkeit steht, zu regelmässigen Medientrainings. Vor Kamera und Mikrofon zu stehen, braucht Übung und ein Verständnis darüber, wie die Medien funktionieren und welche Rechte ich z.B. in Bezug auf Zitate habe. Die Botschaften müssen sitzen. Deshalb soll eine Politikerin nie spontan antworten und den Medienschaffenden stets auf Augenhöhe und professionell begegnen. Schliesslich wollen beide eine gute Geschichte. ■



TEXT: MARIA KOBLER

Neue «Zoras» gesucht

Jeweils am internationalen Frauentag vom 8. März ehrt die Frauenzentrale Appenzellerland fünf Frauen für ihr grosses ehrenamtliche Engagement. Bis Silvester können Frauen nominiert werden.

Frauen werden in der Öffentlichkeit mit ihrer Arbeit oft weniger wahrgenommen als Männer. Deshalb rückt die Frauenzentrale Appenzellerland diese Frauen ins Zentrum. Fünf Frauen erhalten am Frauentag den Prix Zora für ihr Engagement. Kennen Sie eine Freundin, eine

Nachbarin oder eine Arbeitskollegin, die für ihren Einsatz den Preis verdient? Melden Sie diese Frau mit Kontaktdaten und dem Grund der Nomination unter prixzora@frauenzentrale-appenzellerland.ch. Bis am 31. Dezember 2022 können Vorschläge eingereicht werden.

Der Vorstand der Frauenzentrale Appenzellerland wählt aus den nominierten Frauen fünf Preisträgerinnen aus. Die Preisverleihung findet am 8. März 2023 im Restaurant Krone in Wolfhalden statt. ■

