




Petra Brandes

5-Minuten-Ticker

Tipps, Trends, Termine
zu
Lebensthemen & Beratung, Coaching, Weiterbildung

Mai 2014

Inhalt

Die Care-Krise	S. 1
Rezension	S. 2
Das Facebook-Buch	
Vermischtes	S. 3
Serie Kurz erklärt: Emotionale Intelligenz	
 Tri.ko Termine	
Ideenparty – 02.07.2014	S. 3

Bildquellen/Fotos in dieser Ausgabe:

Titel: Angelika Osthues (Portrait),

Jürgen Vesper_pixelio.de //

S. 1: Illustration: Katharina Mahrt, Tel.: 04351.712222

S. 2: Jorma Bork_pixelio.de

S. 3: Rainer Sturm_pixelio.de

Liebe Interessierte,



Ich wünsche uns blauen Himmel, Sonnenschein, Vogelzwitschern,
im Freien sitzen, 20 Grad, Regen nur nachts...

Über Anregungen (Terminipps, Rezensionen etc.) für den Ticker
freue ich mich, nehme zudem gern Menschen aus eurem
Bekanntkreis in den Verteiler auf.

So erreicht ihr mich:

0251.6867464 // info@triko-brandes.de // www.triko-brandes.de

Viel Spaß beim Lesen!

Petra Brandes

Eine gerechte Arbeitsteilung zwischen den Geschlechtern findet bisher nicht statt

Kinder, Küche, Karriere ... und auch die Pflege von Angehörigen übernehmen meistens die Frauen. Aus einer Gleichberechtigungsfrage ist ein gesellschaftliches Thema geworden, das globale Auswirkungen hat. Denn die Pflegekraft aus Polen ist nur auf den ersten Blick eine gute Lösung. Bearbeitet von Kathrin Kessel

In den letzten 40 Jahren ist in Deutschland einiges passiert: Der Frauenanteil unter den Erwerbstätigen hat sich auf 68 Prozent erhöht. Dies entspricht einem Anstieg von immerhin 21 Prozent. Beim

Waschen, Kochen, Putzen und Kinderversorgen scheint sich jedoch nicht viel geändert zu haben: Eine Studie des Rheinisch-Westfälischen Instituts für Wirtschaftsforschung und der Bergischen Universität Wuppertal begleitete zwischen 1992 und 2011 um die 5000 berufstätige Paare. Drei Viertel der Hausarbeit erledigt immer noch die Frau. Ist das Einkommen der Frau höher als das ihres Partners, übernimmt sie sogar noch deutlich mehr Aufgaben im Haushalt. Frauen scheint es ein wichtiges Anliegen zu sein, sich in ihrer traditionellen Rolle zu beweisen.

Aber es müssen nicht nur Kinderversorgt und der eigene Haushalt bewältigt werden. Der demografische Wandel ist auf dem Vormarsch. Das Durchschnittsalter und die Lebenserwartung steigen. Es gibt immer mehr alte Menschen, die auf Pflege angewiesen sind. Was bedeutet das für (berufstätige) Frauen von heute? Viele kümmern sich auch um ihre pflegebedürftigen Eltern, die Großtante oder gehen für die Nachbarin einkaufen. Hier leisten Frauen in ihrem eigenen Umfeld Sorgearbeit (sogenannte Care-Arbeit), die von der Gesellschaft wenig gesehen wird. Würde man diese unbezahlte Arbeit mit marktüblichen Löhnen verrechnen, würde sich laut des Statistischen Bundesamtes eine Summe ergeben, die 40 Prozent des Bruttoinlandsproduktes entspricht.



Abgesehen davon, dass es in Deutschland viel zu wenige Pflegekräfte gibt, arbeiten auf der anderen Seite sehr viele Frauen in diesem Bereich. Nach wie vor wird dieser Arbeit von der Gesellschaft wenig Wertschätzung entgegengebracht und ist eher schlecht bezahlt.

Wenn zum Managen der eigenen Familie plötzlich auch noch zusätzlich Angehörige versorgt werden müssen, sind viele Paare oft überfordert. Dann scheint hier eine Pflegekraft aus Osteuropa die Lösung zu sein. Diese übernimmt die Versorgung, verdient gutes Geld und alle sind glücklich. Zumindest könnte man so denken. Was dies aber für die Frau selbst bedeutet, wenn sie monatelang nicht zu Hause ist, wird oft vergessen: Die Frau verdient für ihre Verhältnisse vielleicht gut, befindet sich aber meist in einem unsicheren Arbeitsverhältnis. Sie hat oft ihre eigene Familie zurückgelassen. Irgendwer muss jetzt ihre Kinder versorgen. Diese Arbeit übernimmt dann die Schwester oder eigene Mutter, in selteneren Fällen der Ehemann. Diese sogenannten EU-Waisen sind die Leidtragenden. Eine private Pflege- oder Putzkraftkraft zu engagieren hat also deutlich Schattenseiten.

Und nun? Ein Umdenken der Gesellschaft ist gefragt. Zum einen sind mehr staatliche Unterstützungsangebote zur Schließung sämtlicher Betreuungslücken notwendig, um Familien, vor allem aber Frauen bei der Sorgearbeit zu entlasten. Eine bessere Bezahlung der Pflegekräfte und mehr Wertschätzung für ihre Tätigkeit wären ebenfalls ein wichtiger Ansatzpunkt. Ein Umdenken in den Köpfen von Männern und Frauen erscheint aber besonders notwendig: Beide Geschlechter sollten ihre Rollen im Zusammenhang mit Gleichstellung, Haus- und Sorgearbeit reflektieren. Und den Männern selbstverständlich die Hälfte der Verantwortung abgeben.

Buchrezension von Isabelle Romann – Texte und Kommunikation, www.isabelle-romann.de

Annette Schwindt: Das Facebook-Buch, 3. Auflage, O'Reilly, Köln 2012, 336 Seiten.

Ein verlässlicher Begleiter für Facebook-Einsteiger



Klarer Fall für ein Like!

Trotz des Erfolges von Facebook nutzt längst nicht jeder Unternehmer die vielfältigen und kostengünstigen Marketingmöglichkeiten der Social-Media-Plattform. Dabei fällt der geschäftliche Einstieg denjenigen leichter, die bereits Erfahrungen mit einem privaten Profil beim Netzwerk gesammelt haben. Der vorliegende Ratgeber von Annette Schwindt, Facebook-Expertin, Bloggerin und Journalistin für Social-Web-Themen, ermöglicht es jedoch auch totalen Neueinsteigern, Berührungsängste abzubauen sowie die wichtigsten Facebook-Funktionen zu verstehen und direkt umzusetzen, sei es privat oder betrieblich.

Die wichtigsten Facebook-Themen

Die 13 Kapitel beleuchten in bekömmlich portionierten Einheiten das gesamte Angebot der Facebook-Funktionalitäten in chronologischer Reihenfolge. Begonnen wird mit der Einrichtung eines eigenen Profils und den wichtigsten Informationen zum Datenschutz, zur sogenannten Privatsphäre. Damit wird besonders den Skeptikern Rechnung getragen. Das eigene Netzwerk erweitert der Nutzer mit dem Finden und Verwalten von Kontakten, den sogenannten Freunden. Um die interaktiven Elemente zu verwenden, erklärt die Autorin anschaulich, wie Links, Textbeiträge, Bilder und Videos gepostet und kommentiert werden können.

Facebook als Informationsquelle wird häufig unterschätzt. Deshalb werden in Kapitel 6 die Möglichkeiten der Startseite und des Newsfeeds vorgestellt. Den Themen Anwendungen, Nachrichten und Gruppen werden weitere Kapitel gewidmet.

Soll Facebook als Marketinginstrument für Unternehmen genutzt werden, ist es notwendig, die Funktionalitäten einer Unternehmensseite, die Unterschiede zu einem privaten Profil und die Verknüpfung von beidem zu kennen. Hier stellt die Autorin hilfreiche Tipps und Tricks zur Verfügung, die den größten Nutzen ermöglichen und sogar vor nicht korrigierbaren Fehlern bewahren.

Eigene Kapitel erhalten die mobile Nutzung von Facebook, die sich von der Version am Rechner unterscheidet, sowie sonstige Funktionalitäten wie zum Beispiel das Schalten von Werbeanzeigen für Unternehmen, eine immer populärere Alternative zu herkömmlichen Werbemedien.

Ihr Nutzen

Das außergewöhnliche, gut handelbare Querformat des Ratgebers präsentiert auf der jeweils linken Seite einen Screenshot zur Illustration derjenigen Funktionalität, die auf der rechten Seite im Text – auch für Laien – leicht verständlich im Anleitungsstil erklärt wird.

Obwohl die Autorin als Facebook-Expertin die Vorteile der sozialen Plattform darstellt, bleibt sie angenehm kritisch und macht auch auf unbequemes Handling oder noch nicht gelöste kleinere Fehler aufmerksam, die vom Nutzer vorerst akzeptiert werden müssen.

Permanente Aktualisierung

Wichtig: Facebook entwickelt sich permanent weiter. Deshalb empfiehlt Annette Schwindt abschließend weiterführende Informationsquellen, die als Ergänzungen zum Buch genutzt werden können. So betreibt sie selbst ein empfehlenswertes Blog mit Updates zum vorliegenden Buch – ein nützlicher Zusatznutzen für den Leser.

Fazit

Wenn Sie Facebook-Neuling sind, kann mit diesem anschaulichen Begleiter an Ihrer Seite nichts schiefgehen. Besonders Selbstständige können auf diesem Weg einen weiteren Kanal zu ihrer Zielgruppe erschließen und einerseits das eigene Unternehmen bekannt machen sowie zum anderen für Produkte und Dienstleistungen ausgesprochen zielgruppenspezifisch werben.



Nächste Ideenparty

02. Juli 2014 18.30–ca. 21.00 Uhr

Es lohnt sich, auf eine Ideenparty zu gehen, weil es sich in lockerer Atmosphäre, mit einer bunten Mischung Mensch und Profession herrlich „netzwerken“ lässt und die Party zugleich strukturiert zu unerwarteten und inspirierenden Ideen leitet.

Dipl.-Psych. Ursula Tenkhoff

Und sonst?

Die Auszeichnung „**Kultur- und Kreativpiloten Deutschland 2014**“ startet in die Bewerbungsphase. Mit der Auszeichnung will die Bundesregierung die Kreativunternehmer des Landes für ihren Mut und ihren Ideenreichtum würdigen und sie sichtbarer machen. Zum fünften Mal in Folge werden deutschlandweit die insgesamt 32 Titelträger des Jahres gesucht. Bewerben kann sich jeder Freiberufler, Selbstständige, Gründer und jedes Unternehmen mit einer eigenen, kreativen Geschäftsidee – dabei ist es egal, ob es sich um eine erst geborene Idee oder bereits laufende Tätigkeit handelt. Gesucht werden Menschen, die für ihre Ideen brennen. Die Unternehmer sind oder sein wollen. Es geht um Designer, Musiker, Filmemacher, Künstler oder Querdenker und Visionäre aus anderen Feldern der Kultur- und Kreativwirtschaft – sie alle können sich bis zum 16.06. auf der Website www.kultur-kreativpiloten.de bewerben.

Angebot für Eltern Unter dem Titel „Was mir in der Erziehung wichtig ist ...“ findet am 21.06.2014 ein personenzentriert-kreatives Elternseminar in Mülheim/Ruhr statt. Wir laden ein, in zugewandter und kreativ-anregender Atmosphäre eigene Stärken zu erleben, Gefühle zu klären und Anregungen für ein familiäres Zusammenleben mit vorhandenen Kompetenzen zu verbinden. Biografische Anknüpfungen an die eigene Kindheit, der Austausch über Erziehungsfragen und die Vermittlung kommunikationsförderlicher Kompetenzen bilden wesentliche Inhalte dieses Elterntages. Weitere Informationen: Michael Schröder (M.A. Personenzentrierte Beratung/Counselling) unter Schröder-Muenster@web.de oder 0251/665851.

Serie

Kurz erklärt

von *Achtsamkeit bis Ziele*

Hier werden Begriffe aus den Feldern Beratung, Persönlichkeitsentwicklung, Kommunikation kurz, knackig und (hoffentlich) verständlich erläutert. Diese Begriffe sind bisher vorgesehen: Achtsamkeit – Beziehungsohr – Coaching – Demotivation – **Emotionale Intelligenz** – Flow – Gründung – Helfersyndrom – Inneres Team – Johari-Fenster – Kreativität – Lernen lernen – Myer-Briggs-Test – Netzwerken – Organisation – PZB – Qualität – Reiss – Selbstmotivation – TAA – Unternehmensberatung – Vision – Wertschätzung – Ziele

Emotionale Intelligenz Das Konzept einer Emotionalen Intelligenz wurde Anfang der 1990er-Jahre von zwei Psychologen in den USA formuliert und hat seitdem stark an Popularität gewonnen. Die



Autoren dieses Konzepts verstehen unter Emotionaler Intelligenz die Fähigkeit, mit eigenen Emotionen und denen anderer umzugehen. Auch die Fähigkeitsbereiche des Verstehens und des Analysierens von Emotionen, die Anwendung des eigenen emotionalen Wissens, die Fähigkeit zur Regulation eigener Emotionen und auch die Förderung des Denkens durch emotionales Wissen gehören mit zu dieser Fähigkeit. In der Psychologie steht dieses Intelligenzkonzept in der Kritik, da es bis jetzt noch nicht gelungen ist, zuverlässige Tests und Messansätze zu finden, diese Fähigkeit mit wissenschaftlichen Methoden zu erfassen. Emotionale Intelligenz spielt im Alltagsverständnis im Gegensatz zur klassischen Intelligenz, die mit dem bekannten Intelligenzquotienten gemessen wird und eher ein Prädiktor für den Schul- und Berufserfolg ist, eine wichtige Rolle für das Funktionieren sozialer Beziehungen und für ein harmonisches Familienleben.

Für weitere Informationen siehe Werke des amerikanischen Journalisten Daniel Goleman, der wesentlich zur Popularisierung der Emotionalen Intelligenz beitrug.

Erklärt von Oliver Eicke, Student der Psychologie