

Das Frauenmagazin.

01-2016

emotion

# emotion

DAS GROSSE  
**JAHRES-  
HOROSKOP  
2016**

Moderatorin

**Katrin  
Bauerfeind**

„Man muss seinem  
inneren Kompass  
folgen“

**„Willst du  
mich – oder  
nur Sex?“**

Wie man erkennt,  
was der andere  
wirklich fühlt

**Mehr Energie  
in einer Stunde**

Getestet: 3 Methoden, die  
auf die Psyche wirken

**Alle vier Wochen**

Warum Frauen plötzlich offen  
über ihre Tage reden

**SCHÖNES  
LEBEN**

+ **Luxus:**  
81 Teile, die  
glücklich machen  
+ **Reise:**  
Norwegen  
+ **Food:**  
Weihnachten,  
richtig üppig

**Finden Sie Ihr  
Glücks-Programm!**

„Mehr Raum für mich“ – „Mehr Liebe im Alltag“ –  
„Auch mal richtig wütend werden“. Was wir Frauen uns  
wünschen und wie wir es bekommen auf 20 Seiten

DEUTSCHLAND 4,90 €  
ÖSTERREICH 5,90 €  
SCHWEIZ 9,50 SFR



4 117 033 104 902 0 1

# 3 MEHR GEHALT FÜR SOZIALE BERUFE

Wäre es nicht schön,  
wenn der Gehalts-  
vergleich so aussähe?

- HEBAMME 5 000 000
- ALTENPFLEGER 105 000
- ERZIEHER 95 000
- PSYCHOTHERAPEUTEN 52 000
- JOURNALISTEN 43 000
- PRODUKTMANAGER 33 000
- INGENIEURE 32 000
- CHEFÄRZTE 30 000
- STRAFVERTEIDIGER 29 000
- FILMSTARS 27 600

Leider sieht die Realität so aus:

- FILMSTARS 5 000 000
- STRAFVERTEIDIGER 105 000
- CHEFÄRZTE 95 000
- INGENIEURE 52 000
- PRODUKTMANAGER 43 000
- JOURNALISTEN 33 000
- PSYCHOTHERAPEUTEN 32 000
- ERZIEHER 30 000
- ALTENPFLEGER 29 000
- HEBAMMEN 27 600



Yasmine Orth ist Gründerin  
des Netzwerks The Lovers  
e.V. Ihr (und unser) Wunsch:  
mehr Wir statt Ich

**Frau Orth, Frauen wird oft nachgesagt, sie seien neidisch aufeinander. Was glauben Sie, warum das so ist?**

Neid ist ein menschliches Gefühl, von dem ich mich auch nicht frei machen kann, und dass, obwohl ich Frauen grundsätzlich eher bewundere. Neid verspüre ich immer dann, wenn mir etwas fehlt oder ich etwas noch nicht erreicht habe. Deshalb versuche ich, dieses Gefühl ins Positive zu wenden und mich zu fragen: Was will ich verändern? Wie komme ich dahin, wo ich hinwill? Weil unsere Gesellschaft ja auf Wettbewerb und Leistung fokussiert ist, vergleichen wir uns ständig – was bis zu einem gewissen Grad ja auch ein Ansporn ist, über sich hinauszuwachsen.

Foto: Lukas Wilderhain



# 4 MEHR ZUSAMMEN- HALT UNTER FRAUEN

Interview Kristina Appel

## Geht es also um Ehrgeiz?

Mit dem Begriff kann ich wenig anfangen. „Um Ehre geizen“ – das klingt nach Konkurrenz und Druck und lässt wenig Raum für Kreativität und Inspiration. Ich aber möchte Dinge, die mir wichtig sind, nach vorn bringen, möchte Menschen begeistern, vernetzen, Gemeinschaft stärken! Alle meine Projekte, früher der Goerlzclub und jetzt The Lovers e. V., drehen sich genau darum: vom Ich ins Wir.

## Warum scheint genau das vielen Frauen schwerzufallen?

Vielleicht gibt es in uns eine große Angst, dass uns dann Erfolge abgesprochen oder Dinge weggenommen werden könnten. Vielleicht ist es aber auch die eigene Eitelkeit, die uns im Weg steht, weil wir immer alles allein schaffen wollen. Doch wir verbauen uns damit die Chance, gemeinsam etwas zu erreichen, was viel größer sein kann. Unseren Kindern

bringen wir bei, wie wichtig es ist, zu teilen. Doch im Beruf ist das recht neu für uns. Ich finde es schade, wenn ich sehe, wie einige Frauen andere klein halten, um sich selbst aufzuwerten.

## Sie sind selbst Mutter einer Tochter ...

Luca ist fünf. Sie ist gerade dabei, ihre Identität zu finden, und vergleicht sich natürlich mit anderen. Manchmal spielt sie Prinzessin. Klar: Märchen vermitteln uns ja schon als Kind, dass Prinzessinnen schöner sind als andere, dass sie auf ihren Prinzen warten und alle Nebenbuhlerinnen ausschalten müssen. Doch genau davon müssen wir weg! Und nur wir selbst können das ändern. Wenn wir aufhören, uns mit anderen zu vergleichen, und unsere Einzigartigkeit anerkennen, können wir auch unser eigenes Potenzial entfalten. Und nur wenn wir uns gegenseitig schätzen und fördern, können wir gemeinsam stark sein. Dann kommen wir vom Ich ins Wir. 