

# Karriere



Michael Köttritsch

Ressortleiter Management & Karriere

**Freitagmittag.** Ihnen ist es auch aufgefallen. Vergangenes Wochenende waren alle im Weltfrauentag-Rausch, und jetzt ist selbst der Kater danach schon wieder vergessen. Da machen wir in der „**Management & Karriere**“-Redaktion nicht mit und schauen noch einmal genauer hin.

Über den Gender Pay Gap wurde ja viel geschrieben. Ikea hat sich den Gender Sleep Gap und Gender Mental Load Gap angeschaut.

- Während Frauen im Durchschnitt mit 7,1 Stunden pro Nacht beinahe gleich lang schlafen wie Männer (Durchschnitt: 7,0 Stunden pro Nacht), schlafen Frauen in Österreich schlechter als Männer. Mehr als ein Fünftel der befragten Frauen (22 Prozent) bewerten ihre Schlafqualität als schlecht. Bei den Männern geben 19 Prozent der Befragten an, regelmäßig schlecht zu schlafen.
- Eine andere Erhebung, für die 3000 Personen im Alter von 18 bis 75 Jahren in Österreich befragt wurden, zeigt, dass die ständige mentale To-do-Liste – die Mental Load – ein treuer Begleiter ist. Mehr als die Hälfte der Frauen (53 Prozent) gibt an, aufgrund von Grübeleien oder Sorgen Schwierigkeiten beim Schlafen zu haben. Die Verantwortung für die Familie spielt dabei eine zentrale Rolle: Sechs von zehn Frauen (63,2 Prozent) sagen etwa, dass die Sorge um ihre Kinder ihren Schlaf negativ beeinflusst. Bei den Männern sind es im Vergleich nur 45,1 Prozent. Der häufigste Schlafstörer bei Frauen sind Sorgen, Gedanken an den nächsten Tag und finanzielle Fragen. Darüber hinaus gibt mehr als die Hälfte der befragten Frauen an (56 Prozent), dass die Aufgaben für Familie und Haushalt ihre Schlafqualität zumindest hin und wieder verschlechtern.

Die ÖVS (Österreichische Vereinigung für Supervision und Coaching) hält neben den bekannten Zahlen fest, dass in den 200 umsatzstärksten Unternehmen des Landes 531 von 605 Geschäftsführerpositionen mit Männern besetzt sind, was einer Quote von knapp 88 Prozent entspricht.

- Frauen werden oft zwei Rollen zugeschrieben: Zur Auswahl stehen die fürsorgliche Mutti und die eiskalte Karrierefrau – dazwischen ist wenig Platz für Individualität.
- Unternehmen, regt die ÖSV an, sollten stereotype Vorstellungen über Geschlechterrollen hinterfragen und abbauen, um eine gerechtere Arbeitsumgebung zu schaffen und die Gleichstellung der Geschlechter im Berufsleben voranzutreiben. Blinde Flecken und „Bias“ können nur verändert werden, wenn Bewusstsein geschaffen wird.
- Dem Vorwurf, Frauen hätten durch die Karenz eine automatische Karriereunterbrechung, hält die ÖSV entgegen: Wer sich – egal, warum – eine Auszeit nehme, komme in der Regel mit neuen Perspektiven und Ideen ins Unternehmen zurück. Abgesehen davon gebe es mittlerweile genügend Beispiele, die zeigen, dass Führungsfunktionen auch in Teilzeit erfolgreich ausgeübt werden können.

*Ihr Michael Kötttritsch*

**PS:** Ich freue mich auf ***Ihre Rückmeldung unter [michael.koettritsch@diepresse.com](mailto:michael.koettritsch@diepresse.com) zu meinem Newsletter.***

**PPS:** Um die Vielfalt österreichischer Start-ups zu zeigen, präsentiert das Technische Museum Wien im **Innovation Corner** außergewöhnliche Lösungsansätze und innovative Ideen. Bis 2. September sind mehrere Projekte zu sehen. Darunter:

- **Kalender ohne Worte (*Independo*):** Einen Termin in einen digitalen Kalender einzutragen, ist für viele Menschen eine alltägliche Tätigkeit. Für Menschen mit kognitiven Einschränkungen bringt das jedoch oft Hürden mit sich. Die Anwendung „Independo“ setzt daher auf Symbole und Audio statt eines reinen Texts. Zudem ermöglicht eine Tagebuchfunktion, Erlebtes festzuhalten und mit

anderen zu teilen. So wird der Alltag für Betroffene und ihr soziales Umfeld strukturierter und barrierefreier.

- **Potenzial ist vertikal (*Wendy Windenergy*):** Mit der vertikalen Kleinwindkraftanlage von „Wendy Windenergy“ wird gezeigt, wie dezentral und nachhaltig Strom erzeugt werden kann. Ein intelligentes Klappensystem und ein optimiertes Rotorprofil ermöglichen hohe Energieeffizienz selbst bei schwachem Wind. Dank modularer Bauweise lassen sich die Anlagen flexibel an verschiedene Standortbedingungen anpassen.
- **Energie durch Farben (*Solarzellen aus Farbstoff*):** Eine weitere Technologie, die zur grünen Energiewende beiträgt, sind Farbstoffsolarzellen. Sie nutzen natürliche Farbstoffe, die etwa in Roten Rüben oder Spirulina enthalten sind, um bestimmte Wellenlängen des Sonnenlichts zu absorbieren und in Strom umzuwandeln. Dieses Konzept eröffnet vielseitige Gestaltungsmöglichkeiten – von transparenten Fassaden bis hin zu kleinflächigen Anwendungen.
- **(K)ein Schubladendenken (*Recell*):** Ein ressourcenschonendes Konzept präsentiert das Team von „Recell“: Gebrauchte Akkuzellen werden in einem modularen Heimspeichersystem weiterverwendet, um überschüssige Solarenergie zu speichern. Das innovative Schubladendesign ermöglicht einen schnellen und werkzeuglosen Austausch der Zellen, während ein Batteriemanagementsystem für effiziente und sichere Nutzung sorgt.
- **Kleider retten Leute (*Airmate*):** Sicherheit in der Nähe von Wasser gewährleistet das T-Shirt „AirMate One“, das für kleine Kinder entwickelt wurde und das Risiko eines Unfalls durch Ertrinken minimiert. Bei Wasserkontakt bläst es sich automatisch auf und bringt Kinder in Rückenlage an die Wasseroberfläche. Darüber hinaus machen ein Alarmton und Blinklichter sofort auf die Situation aufmerksam, wodurch wertvolle Zeit für Rettungsmaßnahmen gewonnen wird. Zusätzlich zur lebensrettenden Funktion schützt das T-Shirt vor UV-Strahlung.