

Diese Business-Netzwerke für Frauen sollten Sie kennen

Frauenetzwerke als Erfolgsbeschleuniger: Welche gibt es und wie finden Sie das richtige für sich? Alles rund um erfolgreiches Networking für Selbstständige und Unternehmerinnen finden Sie hier...

VON [LISA HÄSSLER](#), *Freie Journalistin*

Veröffentlicht: 18.04.2024

Inhaltsverzeichnis

- [Was ist ein Frauennetzwerk?](#)
- [Welche Arten von Frauennetzwerken gibt es?](#)
- [Gründe, um einem Frauennetzwerk beizutreten](#)
- [Welche Frauennetzwerke gibt es?](#)
- [Welches Frauennetzwerk ist das richtige für mich?](#)



© iStock | Jakob Lund

Sich gegenseitig inspirieren, motivieren und bis spät in den Abend Kontakte knüpfen – diese wertvolle Gelegenheit bot sich **Unternehmerinnen**, Frauen in Führungspositionen und Expertinnen aus dem Topmanagement beim ersten „EXECUTIVE FEMALE CIRCLE“ vor wenigen Wochen in München. Eingeladen zum exklusiven **Business**-Event hatte der „[Premium Leaders Club](#)“, eine **Netzwerkplattform** für **Führungspersönlichkeiten**.

Überhaupt haben sich in den letzten Jahren vermehrt starke, weibliche **Business-Netzwerke** etabliert, die zu mehr Gleichberechtigung in Gesellschaft, Wirtschaft und Politik beitragen und Frauen in Führungspositionen stärken. Welche **Business-Netzwerke** Sie als Frau unbedingt kennen sollten und wie Sie das passende für sich finden, hat FOCUS BUSINESS hier für Sie zusammengefasst. Plus: Tipps für erfolgreiches **Networking**.

Premium Leaders Club – Mehr als ein gewöhnlicher Club

Der Premium Leaders Club ist ein **führendes Businessnetzwerk im D-A-CH Raum**, das mittelständische Unternehmen miteinander vernetzt. Das **Ziel des Clubs** ist es, den Mitgliedern einen Mehrwert zu bieten und gemeinsam mehr zu erreichen. "Wir verfügen über ein Netzwerk aus rund **35.000 vorrangig hochkarätigen Kontakten**. So großartig die Unternehmen einzelnen auch sind, so fehlt es ihnen oft an etwas Wesentlichem: einem funktionierenden Netzwerk. Jeder weiß aber, dass gemeinsam mehr erreicht werden kann. Vor allem ist man gemeinsam auch weniger anfällig für äußere Einflüsse. Genau diese Lücke möchten wir für die Managementebene mit dem Premium Leaders Club schließen", so **Alexander Schungl** über die Beweggründe, warum er das Businessnetzwerk gemeinsam mit **Tanja Hacker** ins Leben gerufen hat.

Ein Schwerpunkt liegt auf der Aus- und Weiterbildung der Mitglieder sowie auf dem Wissenstransfer auf Augenhöhe. Der Club legt zudem großen Wert auf **Diversität** und fördert **gleichermaßen Frauen und Männer sowie den Austausch zwischen Jung und Alt**. Durch den konstruktiven Austausch auf Augenhöhe entstehen Synergien und neue Geschäftsideen. Der Premium Leaders Club steht für erfolgreiches Netzwerken und strategische Beziehungen, geprägt von Gemeinschaft, Vertrauen und Passion. Die Mitglieder profitieren von einem starken Beziehungsnetzwerk mit Entscheidungsträgern großer Konzerne und mittelständischer Unternehmen aus verschiedenen Branchen.

Weitere Infos: www.premium-leaders.club

Was ist ein Frauennetzwerk?

In **Frauennetzwerken** geht es um einen **generations- und branchenübergreifenden Austausch**. Erfolgreiche Frauen – und solche, die es werden möchten – tauschen sich in einem klaren Rahmen und auf Augenhöhe aus. So profitieren alle Mitglieder als Gemeinschaft voneinander und erhöhen so ihre Sichtbarkeit und die eigene Kompetenz in beruflichen Kontexten. Nicht zuletzt helfen **weibliche Businessnetzwerke Frauen** bei der **Entwicklung ihrer Rollenidentitäten**, die bislang eher männlich geprägt waren, beispielsweise als Unternehmerin.

Welche Arten von Frauennetzwerken gibt es?

Business-Netzwerke für Frauen haben meist unterschiedliche Schwerpunkte, so gibt es zum Beispiel:

- Frauennetzwerke für **berufstätige oder selbstständige Mütter**
- **Unternehmerinnen-Netzwerke** für selbstständige Frauen
- **Gründerinnen-Netzwerke** mit dem Schwerpunkt Erstgründung/Start-ups
- **Karriere-Netzwerke** für Frauen in Führungspositionen oder Frauen, die sich in ihrem Angestellten-Beruf weiterentwickeln möchten.

Die **Networking-Events** finden je nach Netzwerk **online oder offline** statt. Es gibt sowohl regelmäßige persönliche Meetings, aber auch Video-Calls sind möglich – manche Netzwerke wählen auch eine Mischung aus beidem. So gibt es auch Frauennetzwerke, die als reine Facebook-Gruppe bestehen oder als Online-Plattform mit einem Mitgliederbereich.

Ebenso unterschiedlich ist **das Angebot** innerhalb der **Frauennetzwerke**. Während die einen das Augenmerk eher auf Netzwerkaufbau und Weiterempfehlung legen, geht es bei anderen um Co-Working und Austausch. Oft werden auch ein begleitendes Mentoring und Weiterbildung angeboten. Viele **Frauennetzwerke** verbinden auch alle Bereiche, um ihre Mitgliedern bestmöglich unterstützen zu können.

Gründe, um einem Frauennetzwerk beizutreten

- Bessere Jobchancen
- Neue Inspiration und Motivation
- Unterstützung und Weiterempfehlung
- Neue Kundinnen direkt aus dem Netzwerk
- Gründungspartnerinnen finden
- Wertvolles und konstruktives Feedback
- Kooperationspartnerinnen finden (für Podcasts, Gastbeiträge, Insta-Live...)



„Um erfolgreich zu sein, braucht es neben guter Leistung auch Sichtbarkeit“

Lena Weigele, Expertin für Supply Chain und Operations sowie für Mental Growth, Mindset und Female Empowerment.



Was sind die häufigsten Herausforderungen für Frauen im (männerdominierten) Businessalltag?

Ein Thema, das in der Beratung immer wieder auftaucht, sind Machtspiele im Job – natürlich gibt es diese bei beiden Geschlechtern. Es ist jedoch so, dass Frauen ihre Erfolge in vielen Fällen für sich sprechen lassen möchten und ansonsten zurückhaltender sind als ihre männlichen Kollegen. Diese gehen viel öfter ins Gespräch mit dem Chef oder der Chefin – und sind dadurch präsenter, sichtbarer. Was die Sichtbarkeit von Frauen anbelangt, befinden wir uns jedoch noch in einem Ungleichgewicht. Ein gewisses Standing zu haben, ist neben guter Leistung immens wichtig, um innerhalb eines Unternehmens oder als Selbständige weiterzukommen.

Wie bleiben Unternehmerinnen dennoch smart und souverän?

In direkten Machtspielen oder Konfliktsituationen, beispielsweise in einem Meeting, würde ich immer dazu raten nicht in die Rechtfertigung zu gehen, denn damit ordnet man sich selbst unter. Eine verbale Attacke lässt sich häufig schon mit einem klaren „danke für den Input“ entkräften.

Außerdem empfehle ich Frauen, sich täglich in Bezug auf Ihr Business zu fragen: Was kann ich heute ganz konkret für meine Sichtbarkeit tun? Und das Thema Networking als eine Art Projekt zu sehen.

Kann ein weibliches Business-Netzwerk dabei helfen, die sogenannte gläserne Decke* zu durchbrechen?

Ja und nein. Natürlich hat jedes Netzwerk seine Berechtigung und keine Frage: reine Frauennetzwerke sind enorm wichtig. Nur wenn Frauen miteinander reden, können sie systematische Diskriminierung erkennen, sich in einigen Fällen auch ehrlicher und offener austauschen und unterstützen. Auf der anderen Seite besteht die Arbeitswelt aus Frauen und Männern, daher sollten beim Netzwerken beide Geschlechter berücksichtigt werden. Ich kann beispielsweise durchaus in einem weiblichen Business-Netzwerk sein und zusätzlich Kontakte in gemischten Netzwerken aufbauen.

*Mit der „gläsernen Decke“ sind Ursachen gemeint, die Frauen auf unsichtbare, aber sehr wirksame Weise, an der beruflichen Karriere hindern.

Welche Frauennetzwerke gibt es?

In Deutschland gibt es eine Vielzahl an weiblichen Business-Netzwerken mit verschiedenen Schwerpunkten. Wir haben Ihnen eine Liste der bekanntesten Frauennetzwerke zusammengestellt.

1. Digital Media Women e.V.

Die [DMW Community](#) gibt es bereits seit 2010. Der Verein besteht aus 90 Ehrenamtlichen in 10 Quartieren und über 32.000 Community-Mitgliedern. Ihr Ziel: Die Befähigung und Weiterentwicklung von Frauen in Bezug auf Karriere, Digitalisierung, Expertise, Selbstvertrauen, Selbstwirksamkeit und den Aufbau echter Beziehungen fördern.

2. nushu

Bei [nushu](#) vernetzen sich Frauen positions- und branchenunabhängig auf dem Weg in die Führungsebene. Mitglieder haben Zugang zu relevantem Wissen, finden Mentorinnen und Sparringteams für Ihre Ziele und Ideen. Inspiriert zum Namen des Netzwerks wurde die Gründerin durch die Geschichte unterdrückter Frauen aus China, die vor über 500 Jahren eine geheime Schriftsprache – *nǚshū* – entwickelten, um untereinander zu kommunizieren.

3. PANDA

Das Ziel von [PANDA](#) ist klar definiert: Mindestens 50 Prozent Frauen in entscheidenden Führungspositionen. Unter den Mitgliederinnen befinden sich daher Frauen, die bereits Führungskräfte sind und solche, die es werden wollen. Um Mitglied zu werden, können Sie sich einfach über die Website der Community bewerben. Wer aufgenommen wird, hat Zugang zu einem kuratierten Netzwerk von Frauen aus verschiedenen Branchen, kann an regelmäßigen Themen-Events teilnehmen und auf der PANDA Netzwerk-Plattform Fragen stellen, Beiträge teilen und andere Mitglieder finden.

4. [Mission Female](#)

Gemeinsam beruflich noch weitzuvorkommen, das ist das Ziel von Mission Female. Das Netzwerk vereint Frauen branchenübergreifend und engagiert sich für mehr Frauenpower in den Bereichen Wirtschaft, Gesellschaft, Medien, Kultur, Sport und Politik. Eine Bewerbung bei der Community ist entweder über die Referenz eines bestehenden Mitglieds, über ein persönliches Motivationsschreiben via Kontaktformular oder per Online-Bewerbung möglich. Die Mission Female Events finden sowohl digital als auch offline statt.

5. Verband deutscher Unternehmerinnen

Bereits seit 1954 vertritt der [VdU](#) als Wirtschaftsverband branchenübergreifend die Interessen von Unternehmerinnen und Gründerinnen und setzt sich für mehr weibliches Unternehmertum, mehr Frauen in Führungspositionen sowie bessere Bedingungen für Frauen in der Wirtschaft ein. Heute sind in der Community 1.800 mittelständische Unternehmen mit weiblichen Führungskräften vertreten.

6. New Work Women

Die Community [New Work Women](#) bietet mit ihren Aktionen eine Plattform zum Vorstellen, Austauschen und Vernetzen. Ihr Ziel ist es, die Sichtbarkeit von Frauen als Impulsgeberinnen und Expertinnen für Themen der neuen Arbeitswelt zu erhöhen.

7. Mompreneurs

Auf der Liste der wichtigsten weiblichen Business-Netzwerke darf [Mompreneurs](#) nicht fehlen. Zur Community gehören mittlerweile schon 11.000 Frauen, mit einem eigenen Unternehmen oder in der Aufbauphase eines eigenen Unternehmens, die das Gleichgewicht zwischen Selbstverwirklichung und Familienlieben finden möchten. Das Angebot umfasst verschiedene Online-Programme, 1:1 Coachings sowie ein Community-basiertes Businessverzeichnis.

8. Working Moms e.V.

Frauen können selbstverständlich beides haben: Kinder und Karriere. Dafür stehen die [Working Moms](#). Der gemeinnützige Verein setzt sich für die bessere Vereinbarkeit von Familie und Beruf ein. In regionalen und überregionalen Veranstaltungen und digitalen Netzwerken wird ein offener, vertrauensvoller Austausch zwischen den berufstätigen Müttern (mittlerweile 800) zu privaten und beruflichen Themen gepflegt.

9. Women Speaker Foundation

Die [Women Speaker Foundation](#) vermittelt als Europas größte Rednerinnen-Agentur über 600 Speakerinnen mit Business-Hintergrund und erstklassigen Referenzen – eine wunderbare Möglichkeit sich als Expertin zu positionieren. Die Community fördert nicht nur die Sichtbarkeit von Expertinnen, sie bietet auch die Möglichkeit zur branchenübergreifenden Vernetzung und gegenseitiger Unterstützung. Außerdem profitieren Mitglieder von Online- und Offline-Events zu verschiedenen Themen.

10. Generation CEO

[Generation CEO](#) ist im Jahr 2007 als ein deutschsprachiges, internationales Netzwerk führender Managerinnen entstanden und ist dabei besonders exklusiv. Pro Jahr werden 20 neue Mitglieder aus dem Top Management aufgenommen. Mittlerweile umfasst das Netzwerk 234 erfahrene Managerinnen und selbständige Unternehmerinnen mit vielfältigem, internationalem Hintergrund, die in zahlreichen Industriezweigen berufstätig sind.

11. Business and Professional Woman e.V. (BPW)

Mit seinen mehr als 1.300 Mitgliedern, in 28 regionalen Clubs deutschlandweit, setzt sich der [BPW Germany](#) für mehr Frauen in Führungspositionen und für Lohngleichheit ein. Politisch hat das Business-Netzwerk bereits viel bewegt, hat es doch im Jahr 2008 den Equal Pay Day eingeführt. Seitdem finden an diesem Tag jährlich zahlreiche Aktionen statt, um auf das Thema aufmerksam zu machen. Mitglied kann man entweder als Einzelperson oder mit seinem gesamten Unternehmen werden.

12. Club europäischer Unternehmerinnen

Der [Club europäischer Unternehmerinnen e.V.](#) hat es sich zur Aufgabe gemacht, branchenübergreifend Unternehmerinnen und Frauen in leitenden Positionen oder mit dem Potential für eine Führungsposition auf ihrem Weg zu unterstützen und zu vernetzen. Gegründet wurde CeU 2015 und wächst seitdem rasant – mehr als 700 Mitglieder gehören mittlerweile zum Netzwerk.

13. Global Digital Women

Als Führungskraft in der Digitalbranche haben Sie bei [Global Digital Woman](#) besonders gute Vernetzungsmöglichkeiten und werden in Ihrer Sichtbarkeit gestärkt. Auf den mehr als 80 Events und Konferenzen pro Jahr treffen sich Expertinnen und Führungskräfte zum großen Wissensaustausch rund um die Themen Diversity und Female Empowerment.

14. FidAR e.V.

Gegründet im Jahr 2006, setzt sich [FidAR](#) für gesetzliche Maßnahmen ein, die die Gleichberechtigung von Frauen und Männern fördern. Dem Verein gehören mittlerweile 1.400 Mitglieder an, die als Person und in ihren jeweiligen wichtigen Positionen in Wirtschaft, Wissenschaft und im öffentlichen Leben diesem Anspruch Rechnung tragen. Den Antrag für eine FidAR-Mitgliedschaft können Führungskräfte direkt über die Website des Netzwerks stellen. Besonders spannend ist das jährliche FIDAR Forum, bei dem hochrangige Persönlichkeiten aus Politik, Wirtschaft und Wissenschaft diskutieren und mögliche Perspektiven aufzeigen.

Welches Frauennetzwerk ist das richtige für mich?

Es gibt mittlerweile eine ganze Reihe an Frauennetzwerken, wie aber findet man das Netzwerk, das zu sich und seinem Business passt? Um das herauszufinden, sollten Sie sich folgende Fragen stellen. Eine Checkliste:

- Welche Schwerpunkte hat das Frauennetzwerk?
- An wen richtet sich das Frauennetzwerk?
- Wie kann ich mich selbst einbringen?
- Wie viele Events werden angeboten?
- Online oder Offline-Events? Wie digital ist das Netzwerk aufgestellt?
- Wie hoch ist der Mitgliedsbeitrag? Ist die Teilnahme an den Netzwerktreffen inkludiert?
- Wie läuft das Aufnahmeverfahren ab?
- Wie findet der Austausch statt? Branchenübergreifend?
- Wie flexibel können sich die Mitglieder vernetzen?

Tipps für erfolgreiches Netzwerken

Sie haben Ihr Business-Netzwerk gefunden oder möchten aktiv ein Netzwerk aufbauen – wunderbar! Für erfüllendes und erfolgreiches Netzwerken sollten Sie Ihre eigene Strategie entwickeln. Im Folgenden haben wir Ihnen die wichtigsten Schritte und Tipps zusammengestellt.

1. Zielsetzung

Wozu möchten Sie das Netzwerk nutzen und was möchten Sie damit erreichen? Sind es eher berufliche Kontakte, neue Kunden oder der Austausch mit Gleichgesinnten?

2. Vorbereitung eines Netzwerkevents

Gehen Sie nicht unvorbereitet zu einem Frauennetzwerktreffen. Machen Sie sich am besten vorab Gedanken...

- welche wertvollen Kontakte bestehen bereits und welche neuen Kontakte wären nützlich? Wie kommen Sie an diese heran?
- Überlegen Sie sich, wie Sie Ihre Arbeit in wenigen Worten beschreiben können, damit Sie ihr Business im Small Talk mit neuen Kontakten kurz und prägnant vorstellen können.

3. Geben statt nehmen

Bieten Sie Ihre Hilfe an und teilen Sie Ihr Wissen, ohne sofort eine Gegenleistung zu erwarten. Sie werden bestimmt auch im richtigen Moment Unterstützung bekommen, wenn Sie sie brauchen.

4. Auftreten & Kommunikation

Höflichkeit, Diplomatie und aktives Zuhören sollten ebenso selbstverständlich sein wie ein freundliches Auftreten und Blickkontakt. Suchen Sie im Gespräch nach Gemeinsamkeiten – aus der Sympathieforschung weiß man, dass wir Menschen, die uns ähnlich sind und uns verstehen sofort sympathischer finden.

Introvertiert: So klappt's mit dem Networking

Für Schüchterne oder Introvertierte kann es eine echte Überwindung sein, selbstbewusst auf andere zuzugehen und Kontakte zu knüpfen. Unsere Expertin und Business-Coachin Lena Weigele hat drei konkrete Tipps fürs Netzwerken auf Events:

- Gehen Sie mit einer Kollegin oder einer Freundin zum Networking-Event
- Suchen Sie sich Veranstaltungen mit Vorträgen heraus und nutzen Sie diese als Aufhänger fürs Gespräch
- Wählen Sie zunächst Networking-Events zu Themen aus, bei denen Sie sicher mitsprechen können

Fragen zum Gesprächseinstieg beim Business Small Talk

- Wie fanden Sie den Vortrag?
- Haben Sie mit dem Thema schon persönliche Erfahrungen gemacht?
- Was machen Sie beruflich?
- Gehen Sie häufiger auf solche Veranstaltungen?
- Welchen Rat würden Sie Frauen geben, die ebenfalls in dieser Branche Fuß fassen möchten/sich selbständig machen möchten?
- Was sind Ihrer Meinung nach die Trends der Branche XY

5. Authentisch bleiben und Positives ausstrahlen

Wer Zufriedenheit ausstrahlt muss vielleicht gar nicht immer den ersten Schritt machen, sondern wirkt allein durch sein Auftreten anziehend.

6. Qualität vor Quantität

Was nützen Ihnen viele Kontakte, wenn Ihnen keiner von Ihnen weiterhelfen kann? Es geht vielmehr darum, die richtigen Menschen in seinem Netzwerk zu haben – und diese hängen wiederum stark mit Ihren Networking-Zielen zusammen.

7. Pflegen Sie Ihre Kontakte

Kontakte knüpfen ist nur der Anfang – versäumen Sie nicht nach einem Treffen die Follow-up-Kommunikation. Das kann eine einfache E-Mail sein, in der Sie noch einmal mitteilen, dass Sie das Gespräch als angenehm empfanden und sich über ein baldiges Wiedersehen freuen würden.

Hinweis der Redaktion: Im Sinne einer besseren Lesbarkeit unserer Artikel verwenden wir kontextbezogen jeweils die männliche oder die weibliche Form. Sprache ist nicht neutral, nicht universal und nicht objektiv. Das ist uns bewusst. Die verkürzte Sprachform hat also ausschließlich redaktionelle Gründe und beinhaltet keine Wertung. Jede Person – unabhängig vom Geschlecht – darf und soll sich gleichermaßen angesprochen fühlen.