

The image features three diverse women of Asian, African, and European descent, all smiling and cheering with their arms raised. They are holding a large white banner that spans the width of the image. The background is a dark blue gradient with a pattern of small white dots. The text is in a clean, sans-serif font. The overall tone is positive and inclusive.

KOMMUNALWAHL 2026

POLITIK BRAUCHT FRAUEN

**Frauen ansprechen,
gewinnen, beteiligen**

Impulse für eine frauenfreundliche Parteilarbeit



KOMMUNALWAHL 2026

Der Frauenbeirat

Der Frauenbeirat der Stadt Groß-Umstadt ist ein gemeinsames Forum von Vertreterinnen der Parteien, des Magistrats, des Senioren- und Ausländerbeirats, der Frauenbeauftragten sowie des Vereins Frauen für Frauen e.V. Hier werden frauenpolitische Themen auf kommunaler Ebene beraten und vorangebracht.

Seit 2014 setzen wir uns besonders mit der Frage auseinander, wie mehr Frauen für die Kommunalpolitik gewonnen und ihr Anteil in politischen Gremien erhöht werden kann. Denn die Beteiligung von Frauen ist nicht nur eine Frage der Gerechtigkeit – sie stärkt die Demokratie und verbessert die Lebensqualität in unserer Stadt.

Frauen bringen Erfahrungen, Wissen und Perspektiven ein, die für eine zukunftsfähige Kommune unverzichtbar sind. Parteien spielen dabei eine Schlüsselrolle: Sie können Frauen gezielt ansprechen, ermutigen und passende Strukturen schaffen, damit Engagement möglich wird.



Impulse für eine frauenfreundliche Parteilarbeit



KOMMUNALWAHL 2026

Diese Broschüre fasst die Ergebnisse unserer Aktivitäten seit 2014 zusammen – von Befragungen und wissenschaftlichen Erkenntnissen bis zu einem Workshop mit Bürgerinnen im Jahr 2024.

Sie möchte Denkanstöße, Anregungen und praktische Tipps liefern, wie Parteien und Gremien frauenfreundliche Strukturen aufbauen und mehr Frauen für die politische Mitgestaltung gewinnen können.

Danke an alle, die sich engagieren und die Teilhabe von Frauen in der Politik fördern.



Impulse für eine frauenfreundliche Parteilarbeit





KOMMUNALWAHL 2026

Frauen für Politik begeistern – so können Parteien punkten



Punkten durch Ansprache

*Frauen direkt ansprechen und ermutigen,
sich zu engagieren*

Viele Frauen denken nicht selbstverständlich an politisches Engagement, weil sie unsicher sind, wie Familie, Beruf und Mandat vereinbart werden können oder welche Mitgestaltungsmöglichkeiten bestehen.

Studien und Erfahrungsberichte zeigen:

Frauen lassen sich durch direkte Ansprache und Ermutigung leichter für politische Mitarbeit gewinnen.

Anregungen:

- Direkter Kontakt statt allgemeiner Aufrufe
- Einzelgespräche, persönliche Einladungen oder kurze telefonische Rückmeldungen
- Anerkennen von Leistungen (z. B. in Beruf, Ehrenamt und Alltag)
- Auch kleine Einstiegsmöglichkeiten aufzeigen, z. B. Teilnahme an Arbeitsgruppen oder Workshops
- Betonung: „Jeder Beitrag zählt“; niemand muss sofort ein Mandat übernehmen

Impulse für eine frauenfreundliche Parteilarbeit





KOMMUNALWAHL 2026



Punkten durch Klarheit

*Kommunalpolitik verständlich erklären –
Aufgaben, Zeitaufwand, Möglichkeiten*

Für viele Außenstehende ist völlig unklar, wie Kommunalpolitik überhaupt funktioniert und wie Mitgestaltungsmöglichkeiten aussehen könnten.

Wenn verständlich erklärt wird, wie Kommunalpolitik funktioniert, welche Aufgaben anstehen und wie viel Zeit tatsächlich nötig ist, sinken die Hürden für den Einstieg.

- Eine fest benannte Ansprechpartnerin, die gerne Auskunft gibt, kann die Kontaktaufnahme erleichtern



Impulse für eine frauenfreundliche Parteiarbeit





KOMMUNALWAHL 2026



Punkten durch Familienfreundlichkeit

*Sitzungszeiten, hybride Formate und
Kinderbetreuung berücksichtigen*

Frauen übernehmen in unserer Gesellschaft nach wie vor den deutlich größeren Anteil der Sorge- oder Pflegearbeit.

Wenn es kein „entweder oder“ geben soll, könnte es helfen, die Organisationskultur zu hinterfragen und den Bedürfnissen und Interessen von Frauen mit Familienaufgaben anzupassen.

- Digitale oder hybride Formate ermöglichen eine Teilnahme an (Fraktions-) Sitzungen von zu Hause aus
- Kinderbetreuung und Pflege wird erstattet (GO GV/StVO). Eventuell könnte ein erhöhtes Sitzungsgeld eine Teilnahme von Frauen bei Präsenzsitzungen erleichtern
- Ein Pool von möglichen Babysittern senkt den Organisationsaufwand



KOMMUNALWAHL 2026



Punkten durch Familienfreundlichkeit

*Sitzungszeiten, hybride Formate und
Kinderbetreuung berücksichtigen*

- Manchmal helfen auch schon kleinere Maßnahmen, wie die Beachtung von Barrierefreiheit für Kinderwagen bei der Auswahl von Orten, um Frauen eine Teilnahme an Präsenzterminen zu ermöglichen
- Eine Verschiebung von Sitzungszeiten hin zu familienfreundlichen Zeiten wäre eine weitere Möglichkeit (z. B. nicht zur Abendbrots- und Schlafenszeit), die es auszuloten gilt
- Gegenseitige Vertretung von Fraktionsmitgliedern ermöglichen Flexibilität

Häufig stellen sich Frauen die Frage, wie sich ein Amt trotz Familie und Beruf ausfüllen lässt und ob dabei Rücksicht auf familiäre Bedürfnisse genommen wird.

Eine Kultur, die Familienaufgaben den gleichen Stellenwert wie beruflichen Verpflichtungen einräumt, kann ihre Beteiligung deutlich fördern.

Impulse für eine frauenfreundliche Parteilarbeit





KOMMUNALWAHL 2026



Punkten durch Unterstützung

*Mentoring, Ansprechpartnerinnen, Fortbildungen
und organisatorische Hilfe anbieten*

Beteiligung wird erleichtert, wenn Frauen die
nötigen Ressourcen und Begleitung erhalten.

Dazu gehören zum Beispiel:

- Feste Ansprechpartnerinnen für Fragen
- Mentorinnen, die Orientierung und Erfahrung weitergeben
- Fortbildungen zur fachlichen Qualifizierung
- Organisatorische Hilfe, z. B. bei Terminen oder Abläufen



Impulse für eine frauenfreundliche Parteilarbeit



KOMMUNALWAHL 2026



Punkten durch Zeitmanagement

Effiziente Sitzungen, Dokumentation und Vertretungsregelungen erleichtern die Teilnahme

Der hohe zeitliche Aufwand für das politische Engagement wird als eines der größten Probleme angesehen.

Alles, was dazu dienen kann, den Zeitaufwand zu reduzieren, ist hilfreich, z. B.

- Eine gute Sitzungsdisziplin
- Eine gute Dokumentation von Ergebnissen
- Vorausschauende Zeitplanung
- Vertretungsregelungen, die zeitliche Engpässe abfedern können



Impulse für eine frauenfreundliche Parteilarbeit





KOMMUNALWAHL 2026



Punkten durch Kompetenz

Fähigkeiten und Erfahrungen sichtbar machen und aktiv einbringen lassen

Für viele Frauen ist es wichtig, ihre Kompetenzen einzubringen. Sie wollen gesehen werden – als Expertinnen mit Wissen, Erfahrung und Perspektiven, die zählen.

Mit ihren Fähigkeiten möchten sie aktiv mitgestalten, Verantwortung übernehmen und ihre Sichtweisen in Entscheidungen einbringen.

- In offene Runden, Arbeitsgruppen oder Gesprächsräume auf Augenhöhe können Ideen und Fertigkeiten eingebracht werden
- Eine Kultur, in der jede Person ihre Stärken klar benennen und präsentieren kann – unterstützt durch Wertschätzung und konstruktives Feedback ermuntert, Kompetenz zu äußern und nutzbar zu machen



Impulse für eine frauenfreundliche Parteilarbeit

COMPETENCE



KOMMUNALWAHL 2026



Punkten durch Nutzen

Engagement lohnt sich: Einfluss, Anerkennung, Netzwerke und neue Erfahrungen

Es ist wichtig deutlich zu machen, welche persönlichen Gewinne und welche Entwicklungsmöglichkeiten das Engagement bietet.

Das können sein:

- Einfluss auf Entscheidungen
- Anerkennung
- Neue Erfahrungen
- Persönliche Kompetenzerweiterung
- Neue Menschen kennenlernen
- Teil einer (Interessen-)Gemeinschaften sein
- Netzwerke knüpfen



KOMMUNALWAHL 2026



Punkten durch Wertschätzung

Willkommenskultur, Respekt und ein wertschätzendes Miteinander fördern

Sich in ein neues Feld vorzuwagen, braucht in der Regel viel Mut. Eine einladende Willkommenskultur, kann sehr hilfreich sein.

- Auch Kleinigkeiten wie Namensschilder oder Informationen zu Abläufen und Orten spielen manchmal eine große Rolle

Unterschiedliche Sichtweisen sollten ebenfalls willkommen sein und als Bereicherung gelten. Wichtig ist, im Austausch einen gemeinsamen Konsens zu finden, ohne Unterschiede zu überdecken. Bei dem Gedanken über ein eigenes kommunalpolitisches Engagement kommen oft auch Gedanken über die politische Auseinandersetzung und die Außenwirkung ins Spiel. Abwertende Witze und Kommentare über Äußerlichkeiten von Frauen sind in unserer Gesellschaft sehr weit verbreitet.

- Eine klare Haltung des Respekts, der Wertschätzung und des Miteinanders erleichtert es Frauen, sich einzubringen und stärkt die Gemeinschaft insgesamt.

KOMMUNALWAHL 2026



Punkten durch Mentoring

Begleitung, Qualifizierung und überparteiliche Netzwerke schaffen Sicherheit

Aufgrund der in unserer Gesellschaft nach wie vor wirkenden Rollenbilder ziehen Frauen viel Stärker in Zweifel, ob sie ein politisches Mandat überhaupt erfüllen könnten. Daher ist es neben der persönlichen Ansprache und Ermutigung hilfreich, auch eine fachliche Qualifizierung oder eine Begleitung durch ein Mentoring anzubieten. Insbesondere für Frauen mit Migrationsbiographie können (überparteiliche) Tandems eine große Hilfe sein, da ihnen häufig Rollen-Vorbilder fehlen.

- Ein überparteiliches Frauen-Politik-Netzwerk vor Ort könnte Gelegenheit für einen Wissens- und Erfahrungsaustausch und für eine gegenseitige Bestärkung bieten.
- Eine weitere Möglichkeit können Einstiegsveranstaltungen zu bestimmten kommunalpolitischen Themen sein.
- Kampagnen können das Bewusstsein für die Teilhabe von Frauen an der Politik stärken.
- Ausstellungen, wie „Die Mütter des Grundgesetzes“ oder kreative Aktionen auf dem Rathausplatz können ebenfalls Aufmerksamkeit für das Thema Kommunalpolitik schaffen.

Impulse für eine frauenfreundliche Parteiarbeit





KOMMUNALWAHL 2026



Punkten durch Quoten

Zielvorgaben setzen und interne Strukturen für mehr Frauenbeteiligung anpassen

Die Quote ist unbeliebt, aber die Einführung einer Quotenregelung für Frauen bei der Besetzung von politischen Gremien ist hilfreich für die Erhöhung des Frauenanteils.

Dabei ist die Quote einerseits eine Ziel-Definition, andererseits aber auch zugleich Anlass und Anforderung an Parteien, parteiinterne Strukturen, Abläufe und Kulturen zu hinterfragen und an die Bedürfnisse von Frauen anzupassen.



Impulse für eine frauenfreundliche Parteilarbeit





KOMMUNALWAHL 2026

Punkten kompakt durch



Ansprache



Klarheit



Familienfreundlichkeit



Unterstützung



Zeitmanagement



Kompetenz



Nutzen



Wertschätzung



Mentoring



Quoten

Impulse für eine frauenfreundliche Parteilarbeit

SUMMARY

KOMMUNALWAHL 2026



POLITIK BRAUCHT FRAUEN

ZIBB

Zentrum Information Beratung Bildung
Frauen für Frauen e.V.



Impressum

Inhalt / Konzeption
Andrea Balmerth

Layout
Anja Mügge (Canva)

Impulse für eine frauenfreundliche Parteiarbeit