

Jessica Reyes Rodriguez
„Cojones! Steh für dich ein.
Selbstbewusst auftreten.
Klar kommunizieren.
Wirksam handeln“

Mutmachender Ratgeber für Persönlichkeitsentwicklung

Inhaltsangabe

Worum es geht, sagt bereits der Untertitel des Ratgebers für eine vorwiegend weibliche Leserschaft: Egal, wie erfolgreich wir Frauen schon sind – immer noch gibt es hanebüchene Situationen, in die wir im beruflichen Kontext, meist mit Männern, geraten, in denen genau das erforderlich wäre: selbstbewusst auftreten, klar kommunizieren, wirksam handeln. Doch im jeweiligen Moment sind wir dann doch oft sprachlos und reagieren nicht angemessen oder haben erst im Nachhinein die zündende Idee. Dann ist es leider häufig zu spät.

Wie das gehen könnte mit einer schlagfertigen Reaktion und souveräner Übernahme von Verantwortung für uns selbst, das zeigt uns die Autorin mit spanischen Wurzeln (daher der Titel „Cojones!“) auf Basis ihrer jahrzehntelangen Berufserfahrung in ganz unterschiedlichen Branchen. Heute ist Jessica Reyes Rodriguez Präsentationsberaterin, Creative Director und professionelle Sprecherin.

Mehrwert

Die These, die uns Leserinnen durch das ganze Buch begleitet, lautet: „Haltung, Selbstwert und Charisma sind drei Aspekte derselben Kraft“ (S. 11). In den zehn Kapiteln navigieren wir von Kommunikation mit Haltung, Wirkung und Struktur über selbstbewusst geführte Meetings und Verhandlungen, Marketing und Sichtbarkeit mit Persönlichkeit bis hin zur Stärkung der eigenen Resilienz, zu souveräner Präsenz sowie zu den Erfolgsfaktoren Timing und Ruhe.

Die fachlichen Inhalte fesseln vor allem durch die humorvolle Einbindung von Jessica Reyes Rodriguez' persönlich erlebten Episoden aus ihrem Berufsleben, die vor allem bei einer weiblichen Leserschaft immer wieder Empörung hervorrufen und sie den Kopf schütteln lassen. Und zugleich könnten wir selbst genug ähnliche, selbst erlebte Geschichten erzählen.

Neben dem Humor der Autorin und der unterhaltsamen Darstellung ihrer Erlebnisse bestechen die Kapitel mit konkreten und leicht umzusetzenden Übungen, die darauf abzielen, unseren Selbstwert zu stärken. Denn wenn wir wissen, was wir wert sind, fällt eine angemessene Reaktion auf abwertendes oder diskriminierendes Verhalten gleich viel leichter – sei es durch das Treffen der richtigen Entscheidung oder die angemessene Wortwahl.

Abwechslungsreich ist das Übungsmaterial gestaltet, denn über QR-Codes können kurze Videos via YouTube aufgerufen werden, die noch mehr Nähe zur Autorin aufbauen. Fast schon entsteht der Eindruck, mit einer Freundin zu reden.

Doch die wichtigsten Elemente, die sich durch das gesamte Buch hindurchziehen, sind die positive Ausstrahlung der Autorin und die Ermutigung, die in ihren Tipps mitschwingt. So ist sie überzeugt: „Die eigenen Talente und Kompetenzen sichtbar zu machen, ist nicht überheblich, es ist eine Notwendigkeit.“ (S. 25)

Fazit

Aus meiner Sicht hat dieses Buch alles, was einen guten Ratgeber sowie ein gelungenes Expertenbuch ausmacht:

- ein extrem wichtiges und (leider immer noch) hochaktuelles Thema
- tolle und leicht umzusetzende Tipps und Übungen (zwei meiner Favoriten: das Komplimente-Tagebuch und die Lautsprecher-Methode): Hier findet jede Leserin noch etwas Neues, Kraftspendendes.
- einen großen Fundus an selbst erlebten Geschichten aus ihrem Leben, den Jessica Reyes Rodriguez mit uns Leserinnen auf unterhaltsame Weise teilt, samt großem Potenzial, sich mit ihr zu identifizieren
- multimediales Zusatzmaterial: Die kurzen Videos bauen eine noch intensivere Verbindung zur Autorin auf als ihr Text allein.

- die Autorin als Teil ihrer Zielgruppe: Trotz ihrer Kompetenz und ihres Erfahrungsschatzes kommt nie ein erhobener Zeigefinger zwischen den Zeilen zum Vorschein, vielmehr ganz viel Frauensolidarität: „Ich bin nicht allein mit meinen Geschichten. Ich fühle mich in diesen Momenten nicht wie eine Speakerin auf einer Bühne [...], sondern wie eine Frau unter Freund:innen, Gleichgesinnten, die mitfühlen. Die wissen, wie es ist.“ (S. 39)

Neben dem Taschenbuch und E-Book liegt ein Hörbuch vor, das die Autorin selbst eingelesen hat. Dass sie professionelle Sprecherin ist, hilft natürlich ungemein. Wer sie einmal live im Gespräch erlebt hat, kann sich eine andere Variante auch gar nicht vorstellen.

Angaben zum Buch

Jessica Reyes Rodriguez: Cojones! Steh für dich ein. Selbstbewusst auftreten. Klar kommunizieren. Wirksam handeln, Gabal, Offenbach 2026, 216 Seiten.

Buchrezension von Isabelle Romann, www.isabelle-romann.de