

# Ins rechte Licht gerückt

Wer seine Vorzüge richtig präsentiert, sichert nicht nur seinen Job, sondern kann selbst in der Krise seine Karriere beschleunigen

VON FRANK ERDLE

**J**eder Mensch gilt in dieser Welt nur so viel, als wozu er sich selbst macht.“ Diese Erkenntnis stammt keineswegs aus einem Karriereführer der Neuzeit, sondern aus einem Werk des Schriftstellers Adolph Freiherr Knigge, das vor mehr als 200 Jahren erschienen ist: *Über den Umgang mit Menschen*. Womöglich war

Knigge (1752-1796), der heute als Vater aller Benimmratgeber gilt, der erste deutsche Persönlichkeitscoach. Ein Visionär war er auf jeden Fall.

Wer sich heutzutage gut verkaufen kann, hat nicht nur bessere Karten bei der Jobsuche, sondern tut sich auch leichter beim Klettern auf der Karriereleiter. Die aktuelle Wirtschaftsflaute hat die ohnehin angespannte Situation auf dem Arbeitsmarkt weiter ver-



schärft. „Nun ist es wichtiger denn je, an seinem Marktwert zu arbeiten“, erklärt Maren Lehky, Inhaberin einer Hamburger Unternehmensberatung.

Natürlich weiß die 47-Jährige, dass sich viele Menschen ungern in den Vordergrund spielen und beim Small Talk mit einem Vorgesetzten schnell ins Schwitzen kommen. Deshalb hat Lehky eine spezielle Selbstmarketing-Übung in ihren Trainingskatalog für Bewerber aufgenommen: „Wir simulieren eine zufällige Aufzugfahrt mit dem Chef, die 18 Sekunden dauert. Bei so einer Gelegenheit sollte man als Angestellter nicht verlegen auf den Boden starren, sondern Werbung in eigener Sache machen, etwas Interessantes über seine Arbeit erzählen. Zum Beispiel, welches Projekt gerade ansteht und was einem daran gefällt.“ Entscheidend sei, „gut rüberzukommen und eine positive Ausstrahlung zu zeigen“.

**Die Erfüllung** dieser Vorgabe fällt nicht immer leicht – im Workshop wie in der Realität. Besonders wenn die Arbeit in der Firma auf immer weniger Köpfe verteilt wird. Nach einer aktuellen Umfrage des Internetportals [jobvoting.de](http://jobvoting.de) leistet fast jeder fünfte Arbeitnehmer in Deutschland 40 Überstunden pro Monat oder mehr. Managementtrainerin Lehky empfiehlt, mit diesem Problem offen umzugehen. „Zeigen Sie sich bei der Arbeitszeit flexibel. Wird die Belastung aber zu groß, sollten Sie Alarm schlagen.“ Das sei allemal besser, als den Frust in sich hineinzufressen und un-

ter den Kollegen schlechte Stimmung zu verbreiten: „So ein Verhalten wird gerne als Illoyalität ausgelegt und ist nicht gerade förderlich für das berufliche Weiterkommen.“

**Eine große Hilfe** sind dagegen gute Kontakte. Wer Messen, Seminare oder betriebliche Feiern nutzt, um Kollegen aus dem eigenen oder anderen Unternehmen kennenzulernen, besitzt schon nach relativ kurzer Zeit ein Infonetz, über das er interessante Tipps für seine Arbeit erhält – vielleicht sogar Jobangebote. Das Internet hilft, sich mit Menschen aus den verschiedensten Branchen auszutauschen. So zählt das führende europäische Business-Netzwerk XING ([www.xing.com](http://www.xing.com)) bereits mehr als 7,5 Millionen Mitglieder, der amerikanische Konkurrent LinkedIn ([www.linkedin.com](http://www.linkedin.com)) weltweit sogar mehr als 42 Millionen.

Berufstätige, die das World Wide Web nur sporadisch nutzen, müssen sich an diese Art der Kommunikation erst gewöhnen. „Jahrzehntelang waren Kontakte ein persönliches Gut, das man nicht aus der Hand geben wollte. Im Internetzeitalter zahlt es sich aus, viele Bekanntschaften zu schließen, um für jede Situation rund um den Job gewappnet zu sein“, meint Martin Oetting von der Münchner Marketing-Community [trnd](http://trnd.com). Ein allzu sorgloser Auftritt im Netz kann sich allerdings rächen: Wer sich auf einer Internetseite als Partytier outet, das keine Festivität auslöst, muss damit rechnen, dass der Chef ein wenig genauer hinsieht, ob die Leistung stimmt.



**Kommunikation für die Karriere: Egal, ob im eigenen Unternehmen, bei Geschäftspartnern oder im Internet – ein gutes Netzwerk zahlt sich aus!**

**Ausdauer demonstriert** man besser auf andere Weise. So sehen es vor allem größere Unternehmen gern, wenn sich die Mitarbeiter selbst um ihre Weiterentwicklung kümmern: „Gerade in Krisenzeiten ist das enorm wichtig“, betont Birgit Fauser, Leiterin des Bereichs Mitarbeiterprogramme bei IBM.

Unerlässlich seien innovatives Denken, soziale und interkulturelle Kom-

petenz sowie die Motivation, Veränderungen aktiv zu gestalten. Der Gehaltscoach und Buchautor Martin Wehrle bringt es so auf den Punkt: „Das größte Kapital eines Menschen ist der Kopf. Und den muss jeder selbst füttern.“

Sein Vorschlag: „Lesen Sie die neuesten Fachbücher, lernen Sie von erfolgreichen Wettbewerbern, und stärken Sie Ihre soziale Kompetenz, indem

# 7 Gebote für Ihren Erfolg

## 1 Engagieren Sie sich!

Nach einer Erhebung des Marktforschungsinstituts psychonomics fühlt sich nur jeder zweite Arbeitnehmer in Deutschland motiviert, im Job besonderen Einsatz zu zeigen. Wer aber ständig nur Dienst nach Vorschrift macht, wird in Krisenzeiten womöglich als Erster aussortiert.

## 2 Knüpfen Sie ein Netzwerk!

Nach einer Umfrage des Karriereportals Monster machen 60 Prozent der deutschen Arbeitnehmer lieber ohne gute Beziehungen Karriere. Dabei zählt „Vitamin B“ doppelt, wenn man Gefahr läuft, den Job zu verlieren, oder einen neuen sucht.

## 3 Verbessern Sie sich jeden Tag!

Überlegen Sie, was Sie an Ihrem Arbeitsplatz, in dessen

Umfeld oder im Umgang mit Kollegen besser machen können. Liefern Sie Ihrem Vorgesetzten Ideen. Denn wer damit aufhört, besser zu werden, hört auch auf, gut zu sein.

## 4 Erweitern Sie Ihr Wissen!

Jede Fortbildung vergrößert den Horizont, bringt neue Erkenntnisse und interessante Kontakte. „Unsere Mitarbeiter müssen sich kontinuierlich weiterbilden und offen für neue Denkmuster sein“, betont zum Beispiel Birgit Fauser, Leiterin der Mitarbeiterprogramme bei der deutschen Niederlassung von IBM.

## 5 Erklären Sie Ihre Mission!

Die Menschen um Sie herum sollen wissen, was Sie tun, wieso Sie es tun und welche Ziele Sie verfolgen. Nur dann

werden Sie unter den Kandidaten sein, wenn ein reizvoller neuer Job zu vergeben ist.

## 6 Beweisen Sie soziale Kompetenz!

Krisenzeit ist Konfliktzeit. Interessieren Sie sich für die Bedürfnisse anderer Menschen? Wenn Sie sich durchsetzen können, ohne andere zu verletzen, sind Sie manchem Vorgesetzten einen wichtigen Schritt voraus.

## 7 Sparen Sie sich jeden Luxus!

Teure Firmenfeiern, üppige Spesenabrechnungen und Taxifahren waren gestern. Die Wirtschaftslage verlangt von Angehörigen aller Hierarchieebenen unternehmerisches Denken. Sparen Sie Kosten für das Unternehmen, wo Sie können, und lassen Sie es Ihren Chef wissen. *Frank Erdle*

Sie Kurse zu Kommunikationsthemen besuchen und sich coachen lassen.“

**Der Vorgesetzte** sollte natürlich von allen Aktivitäten erfahren, die dem Unternehmen Vorteile bringen – ganz nach dem Motto: Tue Gutes und rede darüber. „Wer einen relevanten Beitrag zum Unternehmenserfolg leistet, belegen kann, dass er der Firma Geld spart, oder bereit ist, mehr Verant-

wortung zu übernehmen, darf auch in diesen Zeiten auf mehr Geld oder gar eine Beförderung hoffen“, erklärt Heike Friedrichsen, Sprecherin von PersonalMarkt, einem auf Vergütungsfragen spezialisierten Beratungsunternehmen. „Steckt die Firma jedoch in einer existenziellen Krise, sollte man keine Forderungen stellen.“

Martin Wehrle ergänzt mit einem Schmunzeln: „Genau genommen ist

es immer der falsche Zeitpunkt für ein Gehaltsgespräch. In der Krise sowieso; danach, weil sich die Firma erst von der Krise erholen muss, und wenig später kommt dann schon die nächste Krise um die Ecke.“ Besonders Ältere könnten derzeit ihre Erfahrung in die Waagschale werfen und demonstrieren, „dass sie nicht die gleiche Arbeit wie ein Jüngerer zum doppelten Preis machen, sondern ihre Firma tatkräftig beim Erhalt der Wettbewerbsfähigkeit unterstützen“.

In manchen Fällen hilft allerdings auch persönlicher Einsatz nicht mehr weiter. Eine betriebsbedingte Kündigung trifft jeden hart – Männer jedoch ganz besonders, wie der Diplompsychologe und Autor Björn Süfke verrät: „Ein Mann definiert sich fast ausschließlich über seinen Job. Geht der Arbeitsplatz verloren, droht eine regelrechte Depression.“

Als Gegenrezept empfiehlt der Experte, über eine Frage nachzudenken, „die sich 90 Prozent aller Männer noch nie gestellt haben: Was ist dir wirklich wichtig im Leben?“. Süfke: „Da dürfen sich die Männer gern am weiblichen Geschlecht orientieren. Frauen kommen mit einer plötzlichen Arbeitslosigkeit oft besser zurecht, weil sie meist von einem intakten Freundeskreis aufgefangen werden und sich schneller beruflich neu orientieren.“

**Eindrucksvolles Beispiel** dafür ist Christine Staake aus Stuttgart. Die 52-Jährige hat eine Modelagentur gegründet, nachdem ihr Job als Grafikerin bei einem Energieversorger weg-

rationalisiert wurde. „In meinem Alter abgeschoben zu werden war nicht leicht für mich“, erzählt die gelernte Fotografin. Doch aufstecken kam nicht in Frage: Vor einem Jahr startete Staake ihre Firma age-Models, die Menschen ab 40 Jahren für Foto- und Filmaufnahmen vermittelt – mit wachsendem Erfolg.

„Die Älteren werden immer jünger“, beobachtet die Schwäbin. „Mit 20 träumt man vom Luxus, mit 50 kann man ihn sich endlich leisten.“ Zwar arbeitet sie jetzt länger und härter als früher, „aber die Arbeit hat sich noch nie so gut angefühlt“.

Ähnlich positive Erfahrungen hat Cindy Welz am anderen Ende der Republik gemacht. Die Einzelhandelskauffrau war in einem Fotogeschäft tätig, bis sie plötzlich arbeitslos wurde. Nach kurzem Zögern erfüllte sich die 35-Jährige einen Kindheitstraum: Im brandenburgischen Merzdorf eröffnete die Hobbykonditorin ein eigenes Café. Inzwischen kredenzt sie einen ganzen Katalog mit Kuchen und Torten. Auch der Ehemann und die beiden Söhne (11 und 14 Jahre) helfen am Wochenende mit, wenn zahlreiche Ausflügler die Gaststätte besuchen.

Trotz solcher Erfolgsgeschichten geht das Interesse an einer hauptberuflichen Selbstständigkeit in Deutschland zurück. Nach einer im Juni veröffentlichten Erhebung der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) hegen derzeit nur 13 Prozent der Bundesbürger den Wunsch nach einem hauptberuflichen Einstieg in die Selbstständigkeit. Im vergangenen Jahr waren es noch 20 Prozent mehr.

Als Hindernisse werden vor allem die Aspekte „finanzielles Risiko“ (82 Prozent) und „fehlendes Startkapital“ (62 Prozent) genannt. Erste Anlaufstelle für alle, die sich beruflich auf eigene Füße stellen wollen, ist die Gründerberatung der Industrie- und Handelskammer (IHK). Die Adresse der nächsten Zweigstelle steht im Telefonbuch. Einen Besuch wert ist außerdem das informative Existenzgründerportal des Bundeswirtschaftsministeriums im Internet mit zahlreichen Checklisten und Praxistipps ([www.existenzgruender.de](http://www.existenzgruender.de)).

**Nicht jeder Beruf** eignet sich als Sprungbrett in die Selbstständigkeit. Was also tun, wenn einen der Jobabbau trifft und man rasch eine neue Stelle finden möchte? „Von Bewerbern erwarten wir analytisches Denkvermögen, Teamfähigkeit, Flexibilität und Neugierde“, berichtet Birgit Fauser von IBM. Ein Bruch im Lebenslauf sei kein Problem: „Sind die Gründe erkennbar und hat sich der Bewerber beispielsweise in einem sozialen Projekt engagiert, wird er sogar interessanter.“ Maren Lehky teilt diese Einschätzung: „Für Leerlaufzeiten muss sich heute niemand mehr schämen.“

Bei der Suche nach einem möglichen neuen Arbeitgeber ist einiges zu

beachten. „Hören Sie sich als Erstes in Ihrer Branche um: Welchen Firmen geht es trotz der Konjunkturlaute gut, wer hat in letzter Zeit Zukäufe getätigt, und wo fließen immer noch hohe Ausgaben in die Werbung?“, schlägt Martin Wehrle vor.

Zudem kann die Größe einer Firma von Bedeutung sein. Einer kürzlich veröffentlichten Studie des Deutschen Industrie- und Handelskammertags (DIHK) zufolge trennen sich größere Unternehmen schneller von Mitarbeitern als kleine, wenn die Geschäfte schlecht laufen. Während 71 Prozent der 3,5 Millionen kleinen und mittelständischen Betriebe ihre Stammbeslegschaft halten wollen, planen 44 Prozent der Unternehmen mit mehr als 1000 Mitarbeitern einen Stellenabbau.

Dennoch sieht Maren Lehky die Zukunft auf dem Arbeitsmarkt optimistisch und macht speziell Jobsuchenden in der Lebensmitte Mut: „Immer mehr Unternehmen setzen auf die Erfahrung und Souveränität älterer Mitarbeiter. Den Jüngeren fehlt es häufig an Kontinuität. Oft springen sie schon nach wenigen Jahren wieder ab, um eine neue Herausforderung anzunehmen. Die Aussichten für die Generation 50plus sind derzeit nicht schlecht, und in den nächsten Jahren werden sie sich weiter verbessern!“

## GUTES IMAGE

**Manche werden** als bedeutende Menschen geboren, manche erlangen Bedeutung – und manche beauftragen PR-Berater. *Daniel Boorstin, USA*