

# NEHMEN SIE KURS AUF DIE ZUKUNFT

IN STÜRMISCHEN ZEITEN WIE DIESEN IST ES BESONDERS WICHTIG, BERUFLICHE ALTERNATIVEN ZU ENTWICKELN. MIT UNSERER MASSGESCHNEIDERTEN **DREI-SCHRITTE-STRATEGIE** WAPPEN SIE SICH GEGEN TURBULENZEN. Von Elisabeth Hussendörfer



FOTOS: ANNE MENKE/TRUNKARCHIVE.COM

**D**a steht man wie jeden Morgen an der U-Bahn-Station. Das Laptop geschultert, Lippenstift nachgezogen, der Coffee-to-go noch dampfend. Alles, wie es sein soll. Bis einen beim Blick auf die Werbetafeln am Kiosk ein komisches Gefühl beschleicht. „Kommen wir noch mal davon?“, „Ist unsere Zukunft jetzt

sicher?“, fragen zwei große deutsche Magazine. Ein drittes stellt nüchtern „das Ende der Gemütlichkeit“ fest. Wirtschaftskrise – das Wort klingt weit weg bisher. Und jetzt? Laptop, Lippenstift, Caffè Latte, wie lange wird es noch so weitergehen? Macht man sich nicht was vor, wenn man glaubt, die eigene Firma, die eigene Branche, der eigene Job seien nicht betroffen?

„Nie war es wichtiger als heute, sich mit möglichen Veränderungsszenarien auseinanderzusetzen“, sagt Sabine Asgodom, Management-Trainee aus München. Der berufliche Plan B, die durchgerechnete, durchdachte Jobalternative ist unerlässlich, um im Fall der Krise überlegt statt überstürzt zu handeln. Was aber nicht heißt, dass solche Konzepte im Hinterkopf nur

Rettungsanker für Notfälle sind. „Auch in bestehenden Jobsituationen tut es gut, nicht auf einen einzigen Weg fixiert zu sein“, meint Asgodom.

Selbst wenn der Rettungsplan in der Schublade bleibt und nie zum Einsatz kommt: Wer vorbeugt, legt Fesseln ab, lässt Flügel wachsen. Der Blick wird weit, das Selbstbewusstsein wächst, Abhängigkeiten lösen sich auf. Klingt fast zu schön, um wahr zu sein, ist laut Sabine Asgodom aber machbar. Drei Dinge braucht man für die gedankliche oder tatsächliche Neuorientierung in turbulenten Zeiten:

## 1. INNERE OFFENHEIT, UM DEN POSITIVEN KERN DER KRISE ZU ERKENNEN

Wer die aktuelle Entwicklung nur düster sieht, ist nicht offen für die positiven Seiten, die die neue Situation mit sich bringt, so Sabine Asgo-

dom. Vor allem Frauen könnte die wirtschaftlich schwierige Lage entgegenkommen, glaubt die Trainerin. Heute Teilzeit, morgen Telearbeit, übermorgen zurück in die Abteilung – nicht nur bei berufstätigen Müttern seien längst die unterschiedlichsten Arbeitszeitmodelle real, und selten ist eines davon langfristig angelegt.

In beruflichen Belangen sind Frauen einfach „pragmatischer“ als Männer, findet Sabine Asgodom: „Sie identifizieren sich weniger mit dem Arbeitsplatz als mit einer Sache. Sind begeisterungsfähig, aber genauso gut in der Lage, sich zu trennen und sich auf Neues einzustellen.“ Im Gegensatz zu den oft posten- und positionsorientierten Männern seien Frauen also eigentlich gut gewappnet für den Umbruch. Voraussetzung: „Sie besinnen sich auf ihre Flexibilität als Resource und darauf, dass sie damit das

# WER SICH FRÜHZEITIG UND AKTIV VORBEREITET, KOMMT DER KRISE ZUVOR

optimale Rüstzeug für sich verändernde Jobmärkte bereits besitzen.“ Und sie agieren, statt nur zu reagieren.

Auch Diplom-Pädagogin Michaela Stelzer, als Placement Consultant bei Siemens für berufliche Vermittlung und Neuorientierung zuständig, erkennt positive Aspekte in einer sich wandelnden Arbeitswelt. Bis zu zwei Jahre lang können sich entlassene Siemens-Mitarbeiter in Stelzers Abteilung bei weiterlaufendem Gehalt coachen lassen, Workshops besuchen und Vermittlungsangebote eines hausinternen „Job-Centers“ wahrnehmen. Ein in der deutschen Unternehmenslandschaft bislang einzigartiges Angebot, das auch auf eine veränderte Haltung zum Jobgeschehen abzielt. Man könne über die steigenden Unsicherheiten lamentieren, sagt die Coaching-Expertin. „Man kann aber auch etwas sehr Gesundes am aktuellen Geschehen erkennen – dass die berufliche Entwicklung künftig nämlich viel stärker an die persönliche Entfaltung gekoppelt ist.“ Personalberater nennen das „biographiegestützte Personalentwicklung“: Nicht die Arbeitsplatzsituation oder tief in unschlummernde Rollenbilder sind ausschlaggebend bei der Jobsuche, sondern Talente, individuelle Bedürfnisse und Lebensthemen.

## 2. DER WILLE, NÜCHTERN ZU ANALYSIEREN, UM DEN BESTEN WEG ZU FINDEN

Ein weiterer wichtiger Schritt beim Umgang mit der Krise ist eine Bestandsaufnahme mit differenzierter Sichtweise statt Weltuntergangsstimmung. Schluss also mit Sätzen wie „Alles ist ganz schlimm“ oder „Ich glaub, der Firma geht's schlecht“. Stattdessen ist konkrete Recherche

Herausforderungen in Angriff zu nehmen, schenkt Sicherheit. Und wer kämpfen muss, erkennt eigene Stärken und neue Möglichkeiten







## DIE EIGENE SITUATION MIT DISTANZ ZU SEHEN, BRINGT GUTE ERKENNTNISSE

### SO ENTDECKEN SIE MÖGLICHE ALTERNATIVEN

Diese Tipps stärken Sie in jeder Jobsituation:

#### 1. ERFOLGSÜBUNG:

Notieren Sie ganz spontan zehn berufliche Erfolge der Vergangenheit. Die Liste zeigt, wo Ihre Stärken liegen. Und ob Ihre Fähigkeiten aktuell ausreichend zum Einsatz kommen.

#### 2. ALTERNATIVEN-RAD:

Was könnten Sie sich als Jobalternative vorstellen? Dieselbe Tätigkeit in einem anderen Unternehmen? Dasselbe Unternehmen, aber eine andere Tätigkeit? Etwas ganz anderes machen? Ins Ausland gehen? Zeichnen Sie ein Wagenrad und ordnen Sie jeder Speiche eine Idee zu. Verteilen Sie, aus dem Bauch heraus, Noten von eins wie „geht gar nicht“ bis zehn wie „super“. Hintergrund: Menschen haben ein tiefes Wissen, wohin sie wollen. Sie müssen es nur anzapfen.

**3. ENTSCHEIDUNGS-ÜBUNG:** Verwandeln Sie Ausflüchte wie „ich muss“, „ich brauche“ und „ich kann nicht“ in „ich habe mich entschieden“ und „ich entscheide mich“. „Ich brauche ein geregeltes Einkommen“ wird so zu „Sicherheit ist mir wichtiger als Weiterentwicklung“. Die Übung funktioniert mit bestehenden Jobsituationen genauso gut wie mit Plänen für die Zukunft.

**4. THINK BIG:** Wo sehen Sie sich in fünf Jahren? Malen Sie sich die eigene berufliche Zukunft so konkret wie möglich aus. Und dann:

#### 5. SCHLIESSEN SIE EINEN VERTRAG MIT SICH.

Definieren Sie darin Ihre Zielvorstellungen – schriftlich! Etwa: Bis Juli möchte ich an Punkt x stehen, hat sich dann nichts geändert, gehe ich. Oder auch: Bin ich im Juli bei x, bleibt Plan B vorerst in der Schublade.

angesagt. Was ist schlimm? Wo steht die Firma wirklich? „Paradoxerweise kommen Mitarbeiter oft gar nicht auf die Idee, das zu tun, was in unsicheren Zeiten nahe liegend ist“, sagt Sabine Asgodom. „Nämlich sich zu informieren. Und zwar nicht beim Vorgesetzten oder in der Kaffeeküche. Sondern wie jemand, der von außen aufs Geschehen schaut und analysiert.“

Interessant: Die treffendste Einschätzung haben laut der Trainerin häufig diejenigen, die den eigenen Arbeitsplatz zwar aus der Nähe, aber dennoch mit der notwendigen emotionalen Distanz sehen. Wieso also nicht einfach mitmachen bei der projektübergreifenden Sportgruppe und beim anschließenden Plausch in der Kneipe? „Networking ist in Krisenzeiten ebenso unerlässlich wie das Beschaffen fundierter Informationen“, weiß Asgodom. Sie empfiehlt,

sich für eine aktuelle Einschätzung des eigenen Unternehmens einfach mal auf der Firmen-Homepage („Pressemeldungen“) umzuschauen. Oder die Firma zu googeln. Oder aber andere Firmen der Branche, denn auch hier zeichnen sich Trends ab.

Bei der Lektüre des Wirtschaftsteils der Tagespresse lohnt logisches Weiterdenken. Eine Meldung wie „Personalarbeit soll künftig verstärkt outgesourced werden“ führt zur Erkenntnis „Demnächst werden selbstständige Personalberater gesucht“.

„Wer versucht, die eigene Jobsituation aus der Vogelperspektive zu sehen, bekommt oft automatisch neue Ideen“, ist die Erfahrung von Sabine

Asgodom. „Wir werden vom passiven Arbeitsmarktkonsumenten zum aktiven Manager unseres Wissens und unserer Fähigkeiten.“ Employability lautet das Zauberwort: Attraktiv sein für die Arbeitswelt. Manchmal hat die von der Jobexpertin empfohlene Bestandsaufnahme etwas sehr Beruhigendes. Weil man sieht, dass der Arbeitszweig beweglicher ist, als gedacht, und es hier und da Möglichkeiten gäbe. Vielleicht erkennt man auch, dass die Branche zwar feststeckt, dies aber den eigenen Marktwert nicht berühren muss. Man hat schließlich noch andere Fähigkeiten, und auch Selbstständigkeit wäre eine Option.

Marktwert und Möglichkeiten sind eher mau? Dann gilt umso mehr, was heute sowieso bereits Pflicht für jeden Berufstätigen ist: am eigenen

Profil basteln! Während Fort- und Weiterbildung früher aufstiegsorientiert waren, sind sie mittlerweile unabdingbar für den Erhalt der Arbeitsmarktfähigkeit, betonen Fachleute. Zahlt die Firma solche Maßnahmen nicht, „sollte einem im Zweifelsfall die eigene Weiterbildung auch privat etwas wert sein“, rät Trainerin Asgodom. „Denn die Welt verändert sich. Aber – und das ist die gute Nachricht – wenn wir gewappnet sind für die Veränderung, brauchen wir keine Angst zu haben.“

### 3. MUT, DEN PLAN B ZU ENDE ZU DENKEN

Wer Jobalternativen erwägt, weiß, dass sie häufig diffus bleiben. Michaela Stelzer arbeitet deswegen mit einer Übung, die sie „Wunder-Frage“ nennt: Stellen Sie sich vor, es passiert ein Wunder, und alles ist möglich. Wie sieht Ihr Traumjob aus? Was hat sich zu Ihrer jetzigen Situation geändert? Die Augen werden geschlossen, der Atem wird ruhig, die Fantasie zeichnet Bilder. Jede Wunschvorstel-

lung ist erlaubt, aber es gibt eine Bedingung: Der Traumjob muss so konkret und greifbar wie möglich werden. „Ich habe ein schönes Büro“ – so eine Information reicht Michaela Stelzer nicht. Sie will genau wissen: Wie groß und hell ist der Raum? Was steht auf dem Schreibtisch und am Türschild? Wie fühlt es sich an, morgens hereinzukommen? In einem zweiten Schritt notieren die Teilnehmer das „Gesehene“ auf Papier. „In jedem Text finden sich Schlüsselwörter, die auf Wünsche und drängende Veränderungen hinweisen“, erklärt die Diplom-Pädagogin. So kann eine gewünscht schlichte Möblierung des Büros bedeuten: Ich will in einem weniger repräsentativen Umfeld arbeiten. Eine Führungskraft, die sich während der Fantasiereise nicht am Arbeitsplatz, sondern gleich auf einem Betriebsausflug wiederfindet, stellt fest: Mein aktueller Job ist interessant, der Aufbau der Abteilung aber zu hierarchisch.

Und dann? Raus aus dem alten Jobprofil, rein in eine andere Aufgabe? Einfach zur nächsten Firma laufen und sagen „Hallo, ich bin Ihre neue Kraft“? Klingt absurd, aber Fachleute wie Sabine Asgodom glauben an diese Form

## JE EHRLICHER MAN SICH SEINE TRÄUME EINGESTEHT, DESTO NÄHER RÜCKEN SIE

der Selbstmotivation. „Tief drinnen haben die meisten von uns ein erstaunlich konkretes Wissen, wohin sie möchten. Sie müssen es nur anzapfen. Und dann die Ideen konsequent zu Ende denken.“ Weiterbildungs-Recherche, Abklopfen finanzieller Möglichkeiten und das Knüpfen von

Kontakten sind ein Muss, will man den Plan B ernsthaft verfolgen. Hilfreich, wenn man zwischendurch verzagt: Mit Leuten reden, die Ähnliches gewagt haben. Mit der Tante, die im Nachkriegsdeutschland eine Nähstube aufmachte. Der Nachbarin aus der Ex-DDR, die nach der Wiedervereinigung neu beginnen musste. Der Freundin, die in die USA ging, weil sie dort als Ärztin das Doppelte verdient.

„Wir sind nicht die erste Generation, die mit einem Umbruch fertig werden muss“, sagt Sabine Asgodom. Wichtig in dieser Situation: Vorbilder suchen, Vertrauen entwickeln vor allem aber Verantwortung übernehmen, statt sich als Opfer von Umständen zu sehen. Wie gesagt, vielleicht bleibt Plan B nur als Notrettung in der Schublade. Vielleicht verwandelt er sich aber auch mit jedem Schritt mehr in den Plan A. Weil man sich irgendwann fragt: Was hält mich eigentlich noch da, wo ich jetzt bin? 