

ERKENNE DICH SELBST – *vor allem in der Krise*

«Krise als Chance» – dieser Slogan wird in letzter Zeit oft bemüht. Wer etwa von der Wirtschaftskrise hart getroffen ist, wird ihn wohl als zynisch empfinden. Doch zumindest einen Funken Wahrheit enthält er auf jeden Fall.

VON MARIUS LEUTENEGGER



ILLUSTRATION: FRIZ.CH

Einer, der regelmässig mit Krisen und den sich daraus ergebenden Chancen konfrontiert wird, ist Marcel Widmer. Der Inhaber von Widmer Consulting im schwyzerischen Pfäffikon coacht Berufsleute und berät Unternehmen bei An- oder Freistellungen. «Karriereplanung in der Krise? Das ist ein sehr vielschichtiges Thema», beantwortet er die Grundsatzfrage, ob man die derzeitige Situation als Startrampe für die Karriere nutzen kann. «Ob man jetzt mutig etwas fordern oder einfach kuschen soll, muss individuell beurteilt werden. Wer Familie hat und einer hochspezialisierten Tätigkeit in einer Branche nachgeht, die von der Wirtschaftsflaute stark gebeutelt wurde, hat eingeschränkte Wahlmöglichkeiten. So einer muss vielleicht auch einmal etwas hinunterschlucken. Ein 35-jähriger Single kann ganz anders agieren.»

Grundsätzlich gelte aber tatsächlich, dass Krise und Chance Zwillinge seien, bestätigt Widmer. Denn: «Im Courant normal hat man keine Veranlassung, sich zu verändern. Jetzt aber erreichen viele den Punkt, wo sie sich Gedanken über ihre berufliche Zukunft machen und Alternativen prüfen.» In einer Krise lerne man sich selber besser kennen als in der Komfortzone, meint Widmer. «Diese Gelegenheit sollte man nutzen.»

Seine Erfahrung als Coach zeigt ihm: Für viele ist es gar nicht so wichtig, jetzt tatsächlich etwas zu verändern – es tut ihnen aber gut, ihre Situation ernsthaft zu überdenken. «Dann erkennen sie vielleicht: So, wie es ist, ist es ja gut – zumindest im Moment.» Wer Alternativen prüfe und aus gutem Grund verwerfe, glaube nicht mehr, etwas zu verpassen.

Gibt es Kardinalfehler, die Menschen begehen, wenn sie ihre Situation geprüft haben und zum Schluss kommen, dass sie ihren bisherigen Job aufgeben wollen? Oh ja, meint Widmer: «Viele sind zu wenig flexibel. Sie sehen, dass sie etwas Neues anpacken sollten – und suchen die Idealstelle. Statt sich damit zufrieden zu geben, wenn eine Stelle

immerhin 80 Prozent ihrer Wunschvorstellung erfüllt. Dabei ist die Zeit der Lebensstelle vorbei. Heute muss man Gelegenheiten schnell nutzen und sich vielleicht einmal sagen: Jetzt mache ich das einfach!»

Die Situation analysieren, sich mit etwas weniger als dem Optimum zufrieden geben, auch mal einen mutigen Schritt wagen – Coach und Karriereberaterin Jane Pflirter, Inhaberin von Career Management in Zürich, kann sich diesen Ratschlägen anschliessen. Doch «es gibt keine simple Gebrauchsanleitung für das richtige Verhalten in der aktuellen Situation», sagt sie. Und ergänzt: «Wie man seine Karriere plant, ist immer eine Frage der Persönlichkeit.»

Kann man einen positiven Umgang mit Krisen trainieren? Jane Pflirter: «Wer genau hinschaut, was passiert ist,

NETZWERKE: Xing & Co. helfen nur bedingt

Wie wichtig sind Netzwerke in der aktuellen Situation für die Karriere? Philippe Hertig, Geschäftsführer von Egon Zehnder International in Zürich, ist überzeugt, ohne geht es nicht: «Gegen 90 Prozent der Kaderstellen werden heute durch Netzwerke und nicht über Vermittlungsbüros oder Stellenanzeigen vermittelt.» Entscheidend seien allerdings die realen Netze wie Vereine, Berufsverbände oder Alumni-Vereinigungen. Die Bedeutung virtueller Social Networks wie Xing, Linked-In, Facebook und so weiter habe bei der Stellensuche sogar abgenommen: «Mir ist nicht bekannt, dass jemand einen Kaderjob nur aufgrund virtueller Beziehungen bekommen hätte.» Und nach wie vor gelte: «Netzwerke muss man pflegen. Es genügt nicht, sich einmal zu positionieren und dann auf Angebote zu warten.» In der Krise könnten soziale Netzwerke den Druck vom Einzelnen nehmen: «Ich nenne den Zweck von Netzwerken <GPS>: Growing, Positioning, Surviving. Man baut ein Netzwerk auf, positioniert sich – und schliesslich hilft es einem, schwierige Zeiten zu überstehen.»

wird in der Regel besser mit der Situation fertig. In der Beratung geht es deshalb oft darum, zur Reflexion zu motivieren.» Betroffene sollten sich aber nicht nur ehrlich damit auseinandersetzen, was schiefgelaufen ist, sondern sich auch auf ihre eigenen Stärken besinnen. «Mich fasziniert immer wieder, wie Klienten plötzlich zu strahlen beginnen, wenn wir auf die Dinge zu sprechen kommen, die sie gern gemacht haben. Dann sehe ich: Dort liegt die Passion!» Und dort könne man dann auch anknüpfen bei der Zukunftsplanung.

Eigentlich möchte Jane Pflirter gar nicht von «Karriereplanung in der Krise» sprechen. «Ich bin nicht davon überzeugt, dass die Veränderungen in der Wirtschaftswelt so viel mit der Flaute zu tun haben», wendet sie ein. Die Veränderungen seien grundsätzlicher Natur. «Der Druck hat unabhängig von der Krise zugenommen. Gerade von Kaderleuten wird zum Beispiel immer mehr erwartet, dass sie 24 Stunden erreichbar sind – auch in den Ferien.»

Die Karriereberaterin empfiehlt allerdings nicht, auf die Karte «Gnadenlosigkeit» zu setzen, um schneller voranzukommen. «Wer besonders hart auftritt und sich einem immer stärkeren Druck aussetzt, kann im heutigen Umfeld zwar kurzfristig profitieren – aber langfristig ist es keine gute Strategie, sich ganz diesem Zeitgeist zu unterwerfen.» Immer mehr erfolgreiche Leute würden unter dem Druck abstumpfen und die Empathie für andere verlieren. «Das kann die bekannten schlimmen Folgen haben: Depressionen, ein Burn-out, eine Scheidung oder gesundheitliche Probleme.» Coach Marcel Widmer empfiehlt seinen Kunden deshalb immer, authentisch zu bleiben: «Wenn man zum Beispiel überlastet ist, aber aus Prestige Gründen immer so tut, als falle einem alles ganz leicht, wirkt sich das irgendwann negativ aus – es führt also auch jetzt kein Weg daran vorbei, dass man sich selber bleibt und möglichst ehrlich auftritt.»

«Es gibt keine SIMPLE Anleitung»

«Viele sind zu wenig FLEXIBEL»