



Home [Für Arbeitgeber](#) [PR](#) [Über uns](#) [Kontakt](#) [Karriere bei uns](#) [Hilfe](#)

Sie befinden sich hier: Home > Karriere-Journal > Bewerbungs-Tipps

My jobpilot

Stellenangebote

Ihr Lebenslauf

Karriere-Journal

Chats & Foren

Firmen von A-Z

Firmenprofile

Seiten von A-Z



THEMA DER WOCHE

[16.08.2004]

Zeit für den Wechsel - neue Stelle gegen Frust im Job



Mut zum Wechsel kann sich trotz des angespannten Arbeitsmarktes lohnen. Denn wer gut auf die neue Stelle passt, arbeitet dort sicherer und effektiver als in einem ungeliebten Umfeld.

EMPFEHLEN | DRUCKVERSION | COMMUNITY

Solange die Wirtschaft schwächelt, herrscht auch auf dem Arbeitsmarkt Flaute. Denn wenn Unternehmen keine zusätzlichen Stellen schaffen, halten sich in der Regel auch diejenigen Arbeitnehmer zurück, die sich unter anderen Umständen längst nach einem neuen Job umgesehen hätten. Nicht immer ist diese Bunkermentalität von Vorteil. Mut zum Wechsel empfiehlt sich nach Einschätzung von Experten in jedem Fall dann, wenn die Lust an der Arbeit endgültig zu verschwinden droht. Ein Neustart ist dann nicht unbedingt die unsichere Alternative.

Zeit für den "Plan B"

Selbst wer nicht schon bald kündigen will, kann von entsprechenden Gedankenspielen profitieren: "Es kann nie schaden, einen Plan B in der Tasche zu haben", sagt Jürgen Goldfuss, Coaching-Experte aus Spaichingen in Baden-Württemberg. Viele verdrängten das Thema Stellenwechsel allerdings und klebten an ihrem Arbeitsplatz. "Der letzte Mut fehlt oft", sagt der Unternehmensberater und Buch-Autor.

Aber auch bei denjenigen, die in Gedanken schon mit einer Kündigung liebäugeln, sei Risikobereitschaft nicht gerade ausgeprägt. "Die Deutschen tun sich damit wahnsinnig schwer", bestätigt die Karriereberaterin Angelika Gulder aus Kriftel, Hessen. "In den USA sieht man das viel relaxter und wechselt die Stelle schneller." Diese verbreitete Angst vor dem Neuen mache psychologisch auch Sinn, weil sie vor voreiligen Entscheidungen schützt. "Aber wer weiß, dass er eigentlich etwas ganz anderes machen möchte und sich nur nicht traut, tut sich keinen Gefallen."

Das eigene Können kritisch hinterfragen

Andererseits sollte der Stellenwechsel sorgfältig geplant werden: "Es reicht nicht, weg zu wollen, man muss auch wissen, wohin", warnt Goldfuss. "Das A und O ist, sich zu fragen: Wie stelle ich mir meine künftige Stelle vor?", erklärt Jürgen Hesse vom Büro für Berufsstrategie in Berlin. Dabei sei es zwar gut, Träume zu haben, allerdings auch vernünftig, zu überlegen, wie sie sich umsetzen lassen. "Man sollte schon auf dem Teppich bleiben." Nicht selten seien die Vorstellungen von den eigenen Möglichkeiten eher unrealistisch: "Viele gucken die Sportschau, aber nur wenige können deswegen so springen wie Sven Hannawald."

Extra



[Gehalts-Analyse](#)
[Terminkalender](#)
[Impressum](#)

[Seminare](#)

[Karriere-Journal](#)

[Suche im Archiv](#)

[Journal-Startseite](#)
[Bewerbungs-Tipps](#)
[Gehalts-Ratgeber](#)
[Ratgeber Job](#)

[Newsletter:](#)

[Ingenieur-Center](#)
[IT-Center](#)
[PharmaMed](#)
[Studium & Start](#)

Bei der Suche nach dem neuen Job sei deshalb "Marktforschung" wichtig: "Man muss 'rausfinden, was gerade bei welchen Arbeitgebern gesucht ist." Grundsätzlich geklärt werden sollte, ob eher ein kleiner oder ein großer Schritt ansteht: Gerade wer mit seinem Arbeitgeber zufrieden ist, ist mit einer Veränderung innerhalb des Unternehmens vielleicht am besten bedient.

Nicht jeder Wechsel ist riskant

"Aber auch bei einem Firmenwechsel macht man unter Umständen im Wesentlichen das gleiche wie vorher", sagt Hesse. "Oder man wechselt zwar die Branche, aber nicht den Beruf." Allerdings sei nicht jeder gute Autoverkäufer auch ein guter Buchverkäufer. Eine kritische Bestandsaufnahme der eigenen Stärken schütze vor Fehlentscheidungen.

Den Job zu wechseln, ist jedenfalls auch in Zeiten, in denen Stellen nicht auf dem Silbertablett serviert werden, nicht automatisch riskant: "Wer den richtigen Job hat, hat auch eher einen sicheren Job", betont Angelika Gulder. "Diejenigen, die am falschen Platz arbeiten, werden im Fall der Fälle als erste gekündigt."

Alternative Selbstständigkeit

Überlegenswert ist nach Einschätzung der Experten auch, sich selbstständig zu machen. "Wer an seinem Arbeitsplatz kreuzunglücklich ist und eine passende Idee hat, sollte das ruhig in Erwägung ziehen", sagt Gulder. Die Erfolg versprechende Geschäftsidee findet sich dann manchmal auf Umwegen: "Ich habe mal eine Sekretärin beraten, die sich selbstständig machen wollte", erzählt sie. "Als erstes dachte sie an einen Sekretariats-Service, schließlich hat sie eine Firma gegründet, die Kletterreisen anbietet. Das deckt jetzt alle ihre Leidenschaften ab."

(Andreas Heimann, dpa / Bild: BrandX)

Buchtipps:

Jürgen Hesse, Hans Christian Schrader: "Der erfolgreiche Arbeitsplatzwechsel"
Eichborn, ISBN 3-8218-1579-5, 14,90 Euro

Jürgen Hesse, Hans Christian Schrader: "Was steckt wirklich in mir?"
Eichborn, ISBN 3-8218-3872-8, 16,90 Euro
Silke Strauß: "Viel erreicht - was nun?" Campus, ISBN 3-593-37070-0,
24,90 Euro

Angelika Gulder: "Finde den Job, der dich glücklich macht"
Campus, ISBN 3-593-37550-8, 19,90 Euro