



Meine ganz persönlichen

TOP 10

für den beruflichen Erfolg

Henrike Feltges hat den Geist der wohl auf uns zukommenden Jahre erspürt. Zwei Punkte auf www.beratung-feltges.de fallen auf. Sie bietet „Karriere-coaching für Menschen im mittleren Einkommensbereich“ an. Und extra angesprochen werden „Frauen und Männer gerne ab 45Plus, die sich im kommenden Jahr eine berufliche Veränderung wünschen“.



Haben Sie Kinder? Wenn ja, dann erinnern Sie sich sicher noch, wie lange es gedauert hat, bis Ihr Kind die ersten Schritte ganz alleine laufen konnte. Aber es wäre Ihnen sicher nicht in den Sinn gekommen zu sagen „hören wir auf damit, das hat keinen Zweck, das klappt sowieso nicht, das kann nichts werden“ Wenn es aber um eine berufliche Veränderung geht, dann höre ich oft solche Sätze, manchmal noch ergänzt um die Aussage „dazu bin ich einfach zu alt.“

Zehn Punkte halte ich aus meiner langjährigen Berufserfahrung für ganz wichtig, um den eigenen Weg in den beruflichen Erfolg zu gehen und die will ich Ihnen heute gerne vorstellen:

1. Vision

Stellen Sie sich vor, Sie steigen in ein Taxi und sagen dem Fahrer „Bringen Sie mich irgendwo hin, egal wohin, nur weg von hier.“ Das kann teuer werden. Es ist auch nicht sicher, ob Sie da, wo er Sie hinbringt, auch hinwollten. Kann sein, der Fahrer bewegt sich nicht vom Fleck, sondern wartet auf eine klare Aussage von Ihnen.

So sieht es auch mit der beruflichen Veränderung aus. Wo wollen Sie hin? Wie stellen Sie sich Ihre berufliche Zukunft vor? Nur zu sagen „ich will jetzt etwas ganz anderes machen“ bringt Sie nicht weiter. Sie bleiben auf der Stelle stehen und das Taxameter (in Ihrem Fall Ihre Zeit) läuft und läuft und läuft

2. Strategie

Wenn Sie Klarheit über Ihren Wunsch-Arbeitsplatz gewonnen haben, ist es an der Zeit, sich Gedanken über die Strategie zu machen. Warten Sie auf die geeignete Stellenausschreibung oder nehmen Sie von sich aus Kontakt mit Ihrem Wunsch-Arbeitgeber auf? Mit welchen Unterlagen machen Sie auf sich aufmerksam? Was können Sie einem neuen Arbeitgeber anbieten? Wie treten Sie überzeugend auf? Gutes Papier und ein Foto aus einem Portrait-Studio sprechen für Professionalität.

3. Glaube

Glauben Sie an sich und Ihre Fähigkeiten und machen Sie sich Ihre starken Seiten bewusst. Zweifeln Sie nicht an Ihren Möglichkeiten, schon gar nicht wegen einer AL-

Werden Sie ein starkes Stück

Psychologie & Lebenshilfe



€ 19,99 [D] | ISBN 978-3-466-30879-8

Deutschlands Top-Coach Sabine Asgodom hat zwölf ihrer besten Kolleginnen um sich gesammelt. In ihrem Selbst-Coaching-Buch zeigen sie uns, welche Faktoren unseren eigenen Stil prägen und wie wir unserer Wirkung nach außen noch mehr Ausstrahlung verleihen. Ein Feuerwerk an lustvollen Tools für die Entwicklung unseres vollen Potentials – von den Besten ihres Fachs.

Und als **EXTRA**: Hier im Internet-Magazin *Coaching heute* können Sie den Autorinnen Fragen stellen und mit ihnen diskutieren.

Persönlichkeit – der Erfolgsfaktor Nummer eins

Die besten Selbst-Coaching-Strategien in einem Buch

www.koesel.de Sachbücher & Ratgeber



terszahl. Bestimmte Positionen bekommt man erst ab einem bestimmten Alter. Und auch junge Menschen müssen mit Absagen auf Bewerbungen leben.

4. Ausdauer

Je älter man ist, desto mehr Ausdauer ist notwendig, um eine berufliche Veränderung erfolgreich zu gestalten. Wenn Sie Ihr Ziel nicht aus den Augen verlieren, können Sie sich auch einen Umweg leisten und evtl. noch eine „Zwischenstation“ einlegen.

5. Kommunikation

Sprechen Sie über Ihre Gedanken zum Jobwechsel und netzwerken Sie. „Gute Kontakte sind mehr wert als bares Geld“ – lautete ein Spruch meiner Großmutter. Das ist auch heute noch so.

Sie wollen beim jetzigen Arbeitgeber bleiben? Halten Sie Augen und Ohren offen, reden Sie mit Ihren Vorgesetzten über Ihren Wunsch, eine neue/zusätzliche Aufgabe zu übernehmen. Machen Sie konstruktive Vorschläge und sprechen Sie das Thema von Zeit zu Zeit wieder an.

6. Neugier

Bewahren Sie Ihre Neugier auf alles, was noch kommt. Auf neue Menschen, neue Aufgaben, neue Herausforderungen. Neugierig bleiben bewahrt vor dem Alt werden. Ebenso der Spaß am Lernen. Entdecken Sie neue Fähigkeiten und Begabungen, von denen Sie bisher noch nicht wussten, dass sie vorhanden sind.

7. Freude

Freuen Sie sich auf eine neue Umgebung, auf neue Menschen und darauf, mal wieder die/der Neue zu sein. Freude hängt auch mit der inneren Einstellung zusammen. Anstatt mit hängendem Kopf zu denken „ob ich das wohl schaffe, was mich da erwartet?“

Versuchen Sie es einmal mit dem Blick nach vorn, leicht nach oben gezogenen Mundwinkeln und dem Gedanken „ich

freue mich darauf zeigen zu können, was ich alles kann!“

8. Bewegung

Sich bewegen bedeutet, nicht stehen zu bleiben und Neues zu entdecken. Nur wer in Bewegung ist, kann auch neue Wege finden und weitere Möglichkeiten sehen. Es gibt nie nur den einen Weg und manchmal macht es Sinn, einen Umweg oder einen Schritt zurück zu gehen. Bewegung bringt Klarheit.

9. Zuverlässigkeit

Auch wenn Sie innerlich schon auf dem Weg in eine andere berufliche Richtung sind, bleiben Sie in Ihrer jetzigen Aufgabe zuverlässig. Es zahlt sich aus, wenn Sie bis

Der sicherste Weg zum Erfolg besteht darin, immer wieder einen neuen Versuch zu wagen.

(Thomas Edison)

zum letzten Arbeitstag Ihre Aufgaben so erledigen, wie Ihr Chef das bisher von Ihnen gewohnt war. Neue Arbeitgeber erkundigen sich gerne auch mal telefonisch beim letzten Vorgesetzten. Was kann Ihnen da besseres passieren, als dass der ehemalige Chef Ihre Zuverlässigkeit bis zum letzten Arbeitstag lobt.

10. Mut

Mut gehört zur Veränderung und zum Erfolg. Es ist immer ein Schritt ins Ungewisse. Etwas Bekanntes aufzugeben erfordert Mut, etwas Neues zu beginnen ebenfalls. Aber Mut zahlt sich aus, davon bin ich überzeugt.

Als ich mit über 50 endlich den Sprung in die Selbständigkeit gewagt hatte, hielten mich einige wenige für verrückt. Ganz viele aber für sehr mutig.

Trauen Sie sich, gehen Sie Ihren Weg in Ihren beruflichen Erfolg und genießen Sie das gute Gefühl, das sich einstellen wird. Und belohnen Sie sich für den Mut, den Sie hatten! ■