

So vermeiden Sie Stolperfallen im Beruf

Benimm im Büro

Von Andrea Rink

Erfolg im Beruf. Auf den ersten Blick ist dieser vor allem abhängig von der Qualifikation. Aber: Selbst wenn man Superzeugnisse und einen hervorragenden Lebenslauf vorweisen kann, ist das noch nicht zwingend ein Karriere-Garant. Denn der Joballtag ist gespickt mit Situationen, in denen es auf mehr ankommt als auf Know-how: auf gutes Benehmen, Fingerspitzengefühl und soziale Intelligenz nämlich.

Kurioserweise scheitern besonders häufig Menschen an diesen Dingen, die auf der anderen Seite mit hervorragenden fachlichen Qualifikationen punkten können. Für sie endet die Karriereleiter entgegen aller Prognosen dann schon oftmals auf einer der unteren Stufen...

Hürde Vorstellung

Eine der größten Stolperfallen auf dem Karriereweg lauert bereits vor dem Antritt des neuen Jobs – das Vorstellungsgespräch. Es ist eigentlich kaum zu fassen, wie viele Menschen es auch heute noch gibt, die dabei eklatante Fehler begehen. Besonders „gern“ bei Personalchefs gesehen:



Foto: Constantin Jurcut

Das Berufsleben - eine ganz eigene Welt mit bestimmten Regeln für ein funktionierendes Miteinander

fehlen einen einfachen Trick: Nehmen Sie genau die Sitzhaltung ein, die der des Gegenübers entspricht. Denn Menschen, die sich sympathisch sind, spiegeln oft die Kör-

ren schult, hat überdies die Chance, das Vorstellungsgespräch entscheidend mitzubestimmen: Auch der versierteste Personalchef wird sich beispielsweise gespannt

einen Firma arbeiten möchte, nur mit Belanglosigkeiten reagieren kann, hat schlechte Karten – eine umfassende Information über das Unternehmen setzt jeder Personalchef schlicht voraus.

Immer wieder gern genommen, wird beim Vorstellungsgespräch auch die Frage nach dem Grund für den Firmenwechsel. Wer dann anfängt, über die unfähige Konzernleitung, die inkompetenten Kollegen und das saumäßige Betriebsklima in der alten Firma vom Leder zu ziehen, kann eigentlich gleich das Gespräch abbrechen. Wer an diesem Punkt mangelnde soziale Intelligenz beweist, scheidet meistens auch dann aus, wenn er ansonsten perfekt in das neue Unternehmen passen würde.

Hürde Vorstellung

Wer die Hürden des Vorstellungsgesprächs mit Bravour gemeistert und den Job in der Tasche hat, auf den warten schon eine Menge neuer Stolpersteine: der Alltag im neuen Büro.

Dabei ist es eigentlich gar nicht so entscheidend, ob man bei einer Bank, im Hotel oder Restaurant arbeitet – einige Punkte des sogenannten „Büro“-Knigge haben überall ihre Gültigkeit. Hier einige Beispiele:

Aufstehen oder Sitzen bleiben? Diese Frage stellt sich im Job meist gar nicht. Denn wer Besucher empfängt steht auf, um zu signalisieren: „Ich setze mich für Sie in Bewegung.“ Außerdem kann so auf gleicher Augenhöhe gleichberechtigt kommuniziert werden. Falls Sie gerade ein Telefongespräch führen, das Sie nicht gleich unterbrechen können, so signalisieren Sie dem Besu-

cher mit Gesten und Augen, dass er doch Platz nehmen möchte. Nach Beendigung des Gesprächs ist eine kurze Entschuldigung unerlässlich.

Wer Kundenkontakt hat, sollte besonderen Wert auf ein gepflegtes Ambiente an seinem Arbeitsplatz legen. Aber auch ohne Besucherströme sagen Ordnung oder Chaos rund um den Schreibtisch einiges über die Professionalität eines Mitarbeiters aus – und über seine Arbeitseinstellung: Wer abends den Schreibtisch im Chaos hinterlässt, wirkt als sei er auf der Flucht: vor der Arbeit nämlich.

Mobiltelefone, die ständig klingeln oder eingehende SMS durch schrilles Piepsen ankündigen, sind ein echtes Ärgernis – für Kollegen und Chefs gleichermaßen. Deshalb gehört das Handy im Job auf stumm geschaltet, wenn es unbedingt an sein muss: bitte nur Vibrationsalarm und dann bitte das Handy nicht auf dem Schreibtisch liegen lassen. Dass Meetings grundsätzlich ohne Handy-Alarm zu



Skeptisches Interesse, Distanz, Ablehnung – die Signale der Körpersprache sind vielschichtig

schlampiges Erscheinungsbild, zu spät kommen oder die Frage nach dem Jahresurlaub, die im ersten Gespräch nun wirklich nichts verloren hat. Aber auch Bewerber, die diese groben Schnitzer geflissentlich umgehen, müssen sich durch einige Untiefen lavieren – betont aggressive Fragestellungen gehören heute beispielsweise zum Repertoire jedes Personalchefs und sind nur durch souveräne Gelassenheit zu entschärfen.

Eine weitaus wichtigere Rolle als bisher angenommen spielen die unbewussten Signale der Körpersprache beim Bewerbungsgespräch, wie etwa nervöses Herumrutschen auf dem Stuhl. Verhaltenspsychologen emp-

fehlen. Das bewahrt Sie davor, wie ein Häufchen Elend auf der Stuhlkante zu hocken, breitbeinig den Lässigen zu markieren, aus lauter Nervosität mit den Füßen zu scharren oder sich am Ohrfläppchen zu zupfen. Wer sein Auge für die Körpersprache des ande-

ren wenig vorbeugen, wenn er vorhat, dem Bewerber eine besonders knifflige Frage „um die Ohren zu hauen“. Der wiederum wird davon nicht so sehr überrascht, wenn er die Körpersprache bereits vorher gedeutet hat.

Apropos Fragen: Natürlich ist so ein Bewerbungsgespräch kein Spaziergang. Generell muss man sich aber eins vor Augen halten – egal, wie provokativ die Fragen auch wirken, die man gestellt bekommt – es geht einem Unternehmen vor allem darum, einen eventuell künftigen Mitarbeiter kennenzulernen, nicht ihn zu brüskieren. Die genannten Provokativ-Fragen dienen daher oftmals auch dem Zweck, zu beurteilen, wie ein Bewerber unter Stress reagiert.

Da hilft nur: Ruhe bewahren und sich der Motivation seines Gegenübers immer im Klaren sein. Und natürlich: gute Vorbereitung. Wer auf die Frage, warum er denn unbedingt in dieser



Mit der Unterzeichnung des Arbeitsvertrags unterschreibt man auch unsichtbare Verhaltensregeln im Betrieb



Konferenzen und Weiterbildung gehören heute zum Berufsalltag dazu. Und sind wichtig für die Karriere



Feiern im Büro: Toll, um die Kollegen auch privat kennenzulernen. Aber: Hier lauern Stolperfallen



Foto: Shinhik Wolf

Der Ton am Telefon gilt heute als Visitenkarte eines Firmen-Mitarbeiters