

Kündigen trotz Krise?

Sie sind unglücklich und unzufrieden in Ihrem Job? Unter normalen Umständen würden Sie nicht zögern, Sie würden kündigen.

Doch die Wirtschaftskrise ist noch nicht überstanden. Was tun?

Von **Christa Beyrer***

Es ist verständlich, dass man heute zweimal überlegt, bevor man seinem Chef die Kündigung auf den Tisch legt. Denn in Zeiten der Wirtschaftskrise kann es länger dauern, als man denkt, bis man wieder einen guten Job gefunden hat. Und wenn, dann droht noch das Risiko einer Kündigung in der Probezeit.

Wie können Sie fundiert entscheiden, ob es für Sie Zeit ist, den Arbeitgeber zu wechseln? Indem Sie nicht vorschnell handeln, sondern Ihre Entscheidung in Ruhe vorbereiten und dabei rationale Gründe ebenso berücksichtigen wie emotionale Befindlichkeiten. Ein Karriere-Coach kann Ihnen helfen, Ihre Situation zu beleuchten und so Klarheit für den eigenen Weg zu finden. Im ersten Schritt können Sie jedoch gut mit sich selbst an Ihrer Entscheidung arbeiten.

Hier sind die zehn wichtigsten Fragen, die Sie sich stellen sollten, wenn Sie einen Jobwechsel überlegen:

1 Woher rührt meine Unzufriedenheit?

Sind Sie über- oder unterfordert? Ist Ihre Arbeitslast zu groß? Kommen Sie mit Ihren Kollegen nicht klar? Fehlt es an Entwicklungsperspektiven? Diese und viele Gründe mehr können unzufrieden machen. Wichtig ist es, darauf zu achten, wie lange Sie schon unzufrieden sind. Ist es ein temporäres Tief, das durch einen langen Urlaub vergehen würde? Oder zieht sich Ihre Unzufriedenheit schon so lange hin, dass sie Ihnen an die Nieren geht?

2 Wodurch ließe sich meine Unzufriedenheit überwinden?

Was haben Sie bereits versucht, um Ihre Situation zu verbessern? Vielleicht würde ein ausführliches Gespräch mit Ihrem Vorgesetzten schon einiges bewegen. Vielleicht können Sie genau in diesem Job lernen, wie Sie mit bestimmten Schwierigkeiten umgehen. Wenn Sie zu schnell die Flinte ins Korn werfen, laufen Sie Gefahr, dass Sie über kurz oder lang in Ihrem nächsten Job wieder unzufrieden sein werden, wenn nicht

alles genau nach Ihren Vorstellungen läuft.

3 Wie schätze ich die Chancen für eine Verbesserung ein?

Wenn Sie die Chancen hoch einschätzen, sollten Sie dringend versuchen, Ihre Ideen für eine Verbesserung auch umzusetzen. Sie werden staunen, wie viel Energie Sie verspüren, wenn Sie (wieder) aktiv werden und erste (wenn auch kleine) Erfolge erzielen. Schätzen Sie die Chancen sehr gering ein, dann versuchen Sie, sich mit den aktuellen Bedingungen zu versöhnen und nicht verändern zu wollen, was Sie nicht verändern können – wenn es auch nur so lange ist, bis Sie eine Entscheidung getroffen haben.

4 Wie sehen meine Chancen am Arbeitsmarkt aus?

Es spricht nichts dagegen, dass Sie sich unverbindlich informieren, wie der aktuelle Arbeitsmarkt für Sie aussieht. Nutzen Sie das zahlreiche Angebot an Jobbörsen im Internet, sprechen Sie gegebenenfalls einen guten Personalberater an. Hören Sie sich im Freundes- und Bekanntenkreis um, aktivieren Sie Ihr Netzwerk.

5 Wie soll mein neuer Job beziehungsweise Arbeitgeber sein?

Es ist immer gut, wenn man nicht nur irgendwo „weg“, sondern irgendwo „hin“ will. Wie müsste Ihr neuer Job denn aussehen, damit er Ihnen Freude bereitet? In welcher Branche würden Sie gern arbeiten? Gibt es Unternehmen, bei denen Sie gern einsteigen würden?

6 Wodurch bin ich für meinen neuen Arbeitgeber interessant?

Welche Gründe sollte Ihr neuer Arbeitgeber haben, um Sie anzustellen? Ihre Fachkenntnisse? Ihre guten sozialen Kompetenzen? Ihren großen Erfahrungsschatz? Ihre Bereitschaft und Fähigkeit, Verantwortung zu tragen? Machen Sie sich Gedanken über Ihre konkreten Stärken und Schwächen.

7 Wie flexibel und mobil bin ich?

Vorausgesetzt, Sie finden Ihren Traumjob – aber in einer anderen Stadt. Wie viel Flexibilität und Mobilität sind Sie bereit aufzubringen, um sich beruflich zu verändern? Wie offen sind Sie für neue Branchen, Produkte, Firmengrößen?

8 Wie sehen meine (finanziellen) Rücklagen aus?

Selbst wenn Sie nach den vorangegangenen Fragen Ihre Chancen für einen Wechsel gut einschätzen – es ist hilfreich, einen Notfallplan zu haben. Auf welche Hilfen und finanziellen Mittel können Sie zurückgreifen, wenn es doch nicht so schnell klappt mit dem neuen Job? Sind Sie bereit, zumindest vorübergehend auf bestimmte Dinge zu verzichten (Auto, Restaurants, Urlaub etc.)?

9 Wie gehe ich mit Krisen und Stress um?

Ihr Notfallplan sollte nicht nur materielle, sondern auch emotionale und persönlichkeitsbezogene Aspekte berücksichtigen. Wie sind Sie in der Vergangenheit mit Krisen und schwierigen Situationen umgegangen? Sind Sie emotional belastbar? Wie risikobereit beziehungsweise sicherheitsbedürftig sind Sie? Wer oder was gibt Ihnen auch in schwierigen Zeiten Halt und Zuversicht?

10 Wann ist der richtige Zeitpunkt für einen Wechsel?

Möglicherweise ergibt sich die Antwort aus der Summe aller vorherigen Antworten. Letztendlich sagt Ihnen vermutlich Ihr Gefühl, wann der Zeitpunkt gekommen ist, den Absprung zu wagen – wann Chancen und Risiken in einem guten Verhältnis stehen und Sie auch innerlich bereit sind, mit einem Jobwechsel umzugehen. (am)

*Christa Beyrer ist als Beraterin, Coach und Trainerin tätig. Ihre Website ist unter www.christa-beyrer.de erreichbar.