

Richard Nelson Bolles

DURCH STARTEN ZUM TRAUM JOB



**Das ultimative Handbuch
für Ein-, Um- und Aufsteiger**

Aktualisierte
Neuaufgabe
des Welt-
bestsellers

campus

Durchstarten zum Traumjob

Richard Nelson Bolles († 2017) war einer der weltweit führenden und einflussreichsten Experten für Karriere und Lebensplanung. Von den deutschsprachigen Ausgaben seiner Bücher wurden insgesamt mehr als 150 000 Exemplare verkauft.

Richard Nelson Bolles

Durchstarten zum Traumjob

**Das ultimative Handbuch
für Ein-, Um- und Aufsteiger**

Aus dem Englischen von
Dr. Isabel Gräfin Bülow
und Nicole Hölsken

Campus Verlag
Frankfurt/New York

Die amerikanische Originalausgabe erschien 2022 unter dem Titel
»What Color Is Your Parachute? Your Guide to a Lifetime of Meaningful Work and Career Success«

Copyright © 1970–2022 by the Marciana Bolles Revocable Trust

All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form. No part of this book may be used or reproduced in any manner for the purpose of training artificial intelligence technologies or systems. This work is reserved from text and data mining (Article 4(3) Directive (EU) 2019/790). This edition published by arrangement with Ten Speed Press, an imprint of the Crown Publishing Group, a division of Penguin Random House LLC.

Bildnachweise

Schatzkiste auf S. 25 von Zdenek Sasek, Mann mit Hantel S. 40 von makar, Schubkarre auf S. 43 von MaKars, die Zeichnungen auf S. 45 und 133 sind von Steven M. Johnson, nachdenkliche Frau auf S. 97 von Hein Nouwens, Hand mit Stift auf S. 110 von alexblacksea, Globus auf S. 130 von chronicler, Münzstapel auf S. 159 von Uncle Leo, Hand mit Handy auf S. 200 von Alex74, Cartoon auf S. 228 ist von John Kovalic, Schreibmaschine auf S. 231 von AVA Bitter, weibliche Hand mit Schachfigur auf S. 264 von Maisei Raman, Frau, die Mann Papiere reicht, auf S. 277 von Morphart Creation

ISBN 978-3-593-52288-3 Print

ISBN 978-3-593-46544-9 E-Book (PDF)

13., komplett überarbeitete und aktualisierte Auflage

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Beltz Verlagsgruppe behält sich die Nutzung ihrer Inhalte für Text und Data Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor.

Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

Copyright © 2026. Alle deutschsprachigen Rechte im Campus Verlag in der Beltz Verlagsgruppe GmbH & Co. KG, Werderstr. 10, 69469 Weinheim, info@campus.de.

Umschlaggestaltung: Guido Klütsch, Köln

Umschlagmotiv: © shutterstock/IR Stone

Satz: Publikations Atelier, Weiterstadt

Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe GmbH, Bad Langensalza

Printed in Germany

Campus Verlag* / www.campus.de

Inhalt

Vorwort des Originalverlags	11
--	----

Kapitel 1

Willkommen in der sich ständig verändernden Welt der Jobsuche	15
--	----

Die durchschnittliche Dauer der Jobsuche hat sich drastisch verlängert. Die durchschnittliche Beschäftigungsdauer ist gleichermaßen drastisch zurückgegangen. Die Art und Weise, wie Arbeiten erledigt werden, ändert sich.

Kapitel 2

Die Jobsuche ist wie ein Psychospiel: Ich verrate Ihnen zehn Möglichkeiten, es zu gewinnen	31
---	----

Sie können selbst entscheiden, wie Sie an Ihre Jobsuche herangehen. Seien Sie hoffnungsvoll und bleiben Sie positiv.

Kapitel 3

Wie man Herausforderungen bei der Jobsuche meistert	45
--	----

Eine Absage kann dazu führen, dass man sich selbst die Schuld dafür gibt.

Kapitel 4

Berufswahl, Berufswechsel oder Jobsuche: Was funktioniert 75

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, einen Job zu suchen. Jede hat andere Erfolgsaussichten. Der traditionelle Ansatz setzt beim Arbeitsmarkt an. Der Ansatz dieses Buches beginnt bei Ihnen.

Kapitel 5

Die Blumenübung: Selbsteinschätzung, erster Teil 99

Das Herzstück dieses Buches ist die Blumenübung: eine Selbsteinschätzung, in der Sie sieben Arten des Denkens über sich selbst kennenlernen und dabei die Sprache des Arbeitsplatzes verwenden.

Kapitel 6

Die Blumenübung: Selbsteinschätzung, zweiter Teil 113

Mit dieser Methode haben Sie viel bessere Chancen, einen Job zu finden, als nur einen Lebenslauf zu verschicken. Und nicht nur irgendeinen Job, sondern einen, den Sie wirklich wollen. Wenn Sie über eine berufliche Veränderung nachdenken, werden Sie in diesem Kapitel herausfinden, welche Möglichkeiten Ihnen zur Verfügung stehen.

Kapitel 7

Sie bestimmen, wo Sie arbeiten möchten 183

Finden Sie heraus, auf welche Laufbahn oder auf welchen Beruf Ihr Blumendiagramm hinweist. Probieren Sie Jobs aus, bevor Sie sich endgültig für einen entscheiden. Recherchieren Sie vorher gründlich und nutzen Sie Ihre Kontakte.

Kapitel 8

Ihr Lebenslauf ist bereits online	203
---	-----

Heute kann man Lebensläufe auch online verschicken.
Entfernen Sie alles, was dem Eindruck widerspricht, den Sie
erwecken möchten. Bauen Sie Ihre positive berufliche Präsenz
aus.

Kapitel 9

Fünfzehn Tipps für Ihr Vorstellungsgespräch	233
---	-----

Was bei Vorstellungsgesprächen zu beachten ist.

Kapitel 10

Die fünf Geheimnisse der Gehaltsverhandlung	267
---	-----

Wie Sie das bestmögliche Gehalt erzielen.

Kapitel 11

Wie man sein eigenes Unternehmen aufbaut	279
--	-----

Wenn Sie nicht für andere arbeiten möchten, gibt es noch eine
andere Möglichkeit.

Anhang	292
Finden Sie Ihre Lebensaufgabe	293
Schlusswort	307
Über den Autor	310
Anmerkungen	311
Register	313

Eine Äußerung der wunderbaren Schauspielerin Anne Bancroft (1931–2005)
über ihren Ehemann, Mel Brooks, lautet sinngemäß:
Ich bekomme immer noch Herzklopfen, wenn ich höre, dass er den Schlüssel
ins Schloss steckt, und denke mir: Prima, gleich wird's lustig.
Genau dasselbe empfinde ich für meine Frau, Marci Garcia Mendoza Bolles,
mein Engel von den Philippinen. Ich verliebte mich damals Hals
über Kopf in sie und heiratete sie schließlich am 22. August 2004.
Was für eine wundervolle Beziehung daraus entstanden ist!

Richard N. Bolles

Vorwort des Originalverlags

Richard Bolles hat es nie darauf angelegt, einen internationalen Bestseller zu schreiben. »Ich wollte den Menschen nur helfen, besser vorbereitet zu sein, als ich es war, nachdem ich entlassen wurde und mich auf Jobsuche begab«, erklärte er der *New York Times* in einem Interview im Jahr 2014. *Durchstarten zum Traumjob*, das Buch, das Sie gerade in den Händen halten, hat dieses Ziel auf eine Weise erreicht, die sich niemand hätte vorstellen können, der 1970 den 128-seitigen Stapel fotokopierter Seiten in den Händen hielt – eines von hundert Exemplaren der »Auflage«. Seit es dann 1972 professionell bei Ten Speed Press veröffentlicht wurde, ist es nie vergriffen gewesen. Es hat sich weltweit mehr als 10 Millionen Mal verkauft und wurde in 22 Sprachen übersetzt. 1979 schaffte es das Buch auf die Bestsellerliste der *New York Times*, hielt sich über zehn Jahre und schaffte es auch danach immer wieder auf die Liste.

Ein Erfolgsgeheimnis von *Durchstarten zum Traumjob* sind die regelmäßigen Aktualisierungen, die es trotz aller Veränderungen der Arbeitswelt immer relevant gehalten haben. Das andere Geheimnis, so stellt sich heraus, ist das seit 50 Jahren nahezu unveränderte Herzstück des Buches: Sobald man seine Fähigkeiten erkannt hat und weiß, was man wirklich mit seinem Leben anfangen möchte, ist man bereit, den Traumjob zu finden. Oder, wie Bolles es formulierte: »Die meisten Arbeitssuchenden, die ihren Traumjob nicht finden, scheitern nicht, weil sie sich nicht ausreichend mit dem Arbeitsmarkt auseinandergesetzt haben, sondern weil sie sich nicht ausreichend mit sich selbst auseinandergesetzt haben.«

Dick Bolles verstarb 2017 im Alter von 90 Jahren, nachdem er vielen Millionen Arbeitssuchenden und Quereinsteigern geholfen hatte. Im Jahr 1970 wurde im Buch unter anderem empfohlen, den Lebenslauf mit einer elektrischen Schreibmaschine zu erstellen, in den Gelben Seiten nach Ideen zu suchen und bei Firmen hereinzuschneiden, um einen Job zu finden. Die neueste Ausgabe behandelt

LinkedIn-Profil, wie man auf Instagram einen Job findet und was ein Podcast für die persönliche Marke leisten kann. Und doch bleibt die zentrale Botschaft dieselbe.

Die englische Originalausgabe erschien unter dem Titel *What Color is Your Parachute?* und auch daran hat sich nichts geändert, obwohl frühe Ausgaben oft in der Reise-Abteilung von Buchhandlungen landeten, neben Büchern über Bungee-Jumping und Fallschirmspringen. Welche Geschichte sich hinter dem Originaltitel versteckt? Wie Dick einem Interviewer der Yale Divinity School erzählte, begann alles als Scherz. Im Jahr 1968 war er Pastor der Grace Cathedral in San Francisco. Bei einem Treffen mit Gemeindemitgliedern sprach jemand davon, von seinem Job abzuspringen. »Und ich dachte immer an ein Flugzeug, wenn ich diese Formulierung hörte«, erinnerte er sich. »Also fragte ich: ›Welche Farbe hat dein Fallschirm?‹ Die Frage war nur ein Scherz. Ich hatte keine Ahnung, dass sie diese zusätzliche Bedeutung annehmen würde.«

Als Bolles selbst aufgrund von Budgetkürzungen gezwungen war, abzuspringen, half ihm der Dekan der Kathedrale dabei, eine Stelle zu finden, in der er Universitäts- und Hochschuleseelsorger im ganzen Land beriet. Immer wieder drehten sich die Sorgen, die er am häufigsten hörte, um die Zufriedenheit im Beruf. Woher weiß man, ob man den richtigen Karriereweg eingeschlagen hat? Wie wechselt man, wenn dem nicht so ist? Was ist, wenn alle üblichen Ratschläge zur Jobsuche versagen? Diese Fragen und die Recherchen, die er anstellte, um den Menschen neue und innovative Antworten zu geben, führten dazu, dass er sein erstes Buch auf der Schreibmaschine in seinem Büro tippte.

Obwohl er keine große Sache daraus machte, war Bolles selbst das beste Beispiel für sein Credo, nach dem der beste Karriereweg selten eine gerade Linie ist. Nachdem er im Zweiten Weltkrieg in der Marine gedient hatte, ging er ans MIT, um Chemische Verfahrenstechnik zu studieren. Anschließend zog es ihn nach Harvard, wo er einen Abschluss in Physik machte. Noch während seines Studiums wurde er von einer Predigt inspiriert, die er an einem Sonntag hörte: Es ging darum, dass es in den USA zu wenig Geistliche gäbe. Statt nach seinem Abschluss eine lukrative Stelle in der Chemieindustrie anzunehmen, entschied er, anglikanischer Priester zu werden. Der Rest ist, wie man so schön sagt, Geschichte der Jobsuche.

Die Liste der Library of Congress mit den 25 Büchern, die das Leben der Leser verändert haben, beginnt mit *Die Abenteuer des Huckleberry Finn* und führt in alphabetischer Reihenfolge Bücher wie die Bibel, *Krieg und Frieden*, *Little Women*. Am Ende der Liste, direkt nach *Wie man Freunde gewinnt und Menschen beeinflusst*, steht *What Color Is Your Parachute?*. Im Jahr 2011 kürte das *Time*-Magazin

What Color Is Your Parachute? zu einem der hundert einflussreichsten Sachbücher und stellte Dick Bolles damit in eine Reihe mit Vladimir Nabokov, Ernest Hemingway, Virginia Woolf und Barack Obama, um nur einige zu nennen. Doch die Auszeichnung, über die sich Bolles – ein großgewachsener Mann mit großem Herzen, breitem Lächeln und einem schrägen Sinn für Humor – besonders freute, war, dass sein Buch regelmäßig auf Listen der am häufigsten aus öffentlichen Bibliotheken gestohlenen Bücher auftauchte (anscheinend sind Arbeitssuchende auf der Suche nach Hilfe manchmal ein wenig verzweifelt).

Vor allem aber hat dieses Buch zum Ziel, Ihnen dabei zu helfen, den Job oder die Karriere Ihrer Träume zu finden. Das gilt heute genauso wie 1970, als er sich zum Schreiben hinsetzte, und 1999, als er gegenüber *FastCompany* sagte: »*Durchstarten zum Traumjob* ist ein Buch über Hoffnung, das sich als Jobsuche-Ratgeber tarnt.«

– *Ten Speed Press, 2022*

»Geh und hol deine Sachen«, sagte er.
»Träume sind Arbeit.«

Paulo Coelho

Willkommen in der sich ständig verändernden Welt der Jobsuche

Wenn Sie sich selbst und das, was Sie der Welt zu bieten haben, besser verstehen möchten, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Wenn die jüngsten Unruhen, die durch das Covid-19-Virus ausgelöst wurden, Ihre Jobsituation beeinträchtigt haben, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Wenn Sie arbeitslos sind und praktische Hilfe benötigen, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Wenn Sie versuchen zu verstehen, wie die Welt, und insbesondere die Arbeitswelt, heutzutage wirklich funktioniert, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Wenn Sie schon lange arbeitslos sind und Ihnen mitgeteilt wurde, dass Sie nicht mehr vermittelbar sind, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Wenn Sie am Abgrund zur Armut stehen, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Wenn Sie eine Behinderung haben, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Wenn Sie einen ersten Job suchen oder sich verändern möchten, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Wenn Sie herausfinden möchten, was Sie als Nächstes im Leben tun wollen, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Wenn Sie nach einer besseren Work-Life-Balance suchen, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Wenn Sie festgefahren sind und nach einem Ausweg suchen, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Wenn Sie gerade Ihren Universitätsabschluss machen und bei Ihren Eltern leben müssen, weil Sie keine Arbeit finden, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Wenn Sie Ihr eigenes Unternehmen gründen möchten, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Wenn Sie bald das Rentenalter erreicht haben und wissen möchten, wie Sie etwas hinzuverdienen können, dann ist das Buch genau das Richtige für Sie.

Crashkurs über die Arbeitswelt

Der Arbeitsmarkt ist unsicher. Für einige Menschen, eigentlich für viele, waren die vergangenen Jahre, wirtschaftlich gesehen, wunderbar und haben ihnen viele Chance geboten. Doch die jüngsten Entwicklungen im Zusammenhang mit Covid-19 haben die Beschäftigungslage für viele Branchen verändert. Auch ohne Auswirkungen auf die eigene Gesundheit verändern sich Branchen und Arbeitsplätze rapide. Je nach Branche finden Sie viele oder sehr wenige Jobs. Der Prozess der Jobsuche scheint einen zu überwältigen. So mancher Jobsuchende denkt: *»Ich bin arbeitslos. Ich habe einen Lebenslauf erstellt und ihn an alle offenen Stellen gemailt. Ich habe alle »Jobbörsen« im Internet nach freien Stellen in meinem Fachbereich durchsucht. Tag für Tag. Woche für Woche. Monat für Monat. All das hat noch prima funktioniert, als ich das letzte Mal nach einem Job gesucht habe. Aber jetzt? Nichts. Absolut gar nichts!«*

Das liegt daran, dass es heutzutage nicht ausreicht, einen Lebenslauf zu schreiben und Jobbörsen zu nutzen. Die Methoden der Jobsuche ändern sich, je nachdem, was Sie suchen, denn das ganze System ist ausgefeilter geworden. Sie müssen den Prozess aus der Sicht des Arbeitgebers betrachten und Ihre Strategie anpassen. Der allgemeine Prozess der Jobsuche hat sich zwar nicht sonderlich verändert, die Methoden der Jobsuche jedoch schon.

Die gute Nachricht ist, dass Sie hier das Sagen haben, egal, was der Arbeitsmarkt vorgibt. Dies ist Ihre Suche, und Sie haben die Kontrolle darüber, wie sie verläuft. Natürlich nicht über alles. Aber über mehr, als Sie denken. Darum geht es in diesem Buch. Folgendes müssen Sie zu Beginn Ihrer Suche beachten.

Es gibt Jobs da draußen

Lassen Sie uns mit einer guten Nachricht beginnen: Im Durchschnitt der zurückliegenden Jahre standen jeden Monat über 600 000 offene Stellen zur Verfügung.¹ Wenn Sie derzeit arbeitslos sind und eine Stelle suchen, mag dies unwahrscheinlich klingen. Vielleicht haben Sie das Gefühl, dass Sie es mit überwältigenden Kräften zu tun haben und dass die Situation, in der Sie sich befinden, eher hoffnungslos ist. Die Auswirkungen von Covid-19 werfen alle früheren Statistiken

über offene Stellen über Bord, und der Arbeitsmarkt wird wahrscheinlich so lange unbeständig bleiben, bis die Gesundheitskrise überwunden ist.

Möglicherweise haben Sie immer wieder einen Rückschlag erlitten. Es mag den Anschein haben, als gäbe es da draußen keine Jobs, aber es gibt sie. Sie brauchen nur eine bessere Strategie, um sie zu finden.

Woher wissen wir überhaupt, was auf dem Arbeitsmarkt los ist? Im Grunde gibt es zwei Webseiten, die uns Auskunft darüber geben. Die der Arbeitsagentur (www.arbeitsagentur.de) veröffentlicht Zusammenfassungen über die allgemeine Beschäftigungssituation und die Arbeitslosenquote. In einem monatlich erscheinenden Bericht erfahren Sie ebenso, wie die Arbeitslosenquote in verschiedenen Wirtschaftssektoren aussieht. Ein zweite (www.statistik.arbeitsagentur.de), gibt Ihnen Auskunft darüber, wie viele Stellen in einem bestimmten Monat zu besetzen sind. Hier finden Sie immer die neuesten Zahlen. Für allgemeinere Informationen bietet sich die Webseite des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales, www.bmas.de, an.

Wenn wir keinen Job haben, stellen wir uns natürlich die Frage: »Wenn es jeden Monat zu besetzende Stellen gibt, warum kann ich nicht eine davon bekommen?« Das ist genau das, womit sich dieses Buch beschäftigt.

Viele Arbeitsplätze werden neu erfunden

Wenn Sie beruflich mit Technologie, Produktentwicklung oder Innovation zu tun haben, wissen Sie wahrscheinlich längst nicht mehr, wie viele Dinge angeblich »disruptiert« werden. Seit einigen Jahren ist dies der Fachbegriff für die Neugestaltung eines Prozesses oder einer ganzen Branche und den Ersatz alter, überkommener Arbeitsweisen durch neue und (hoffentlich) bessere. Praktisch jeder Arbeitsplatz hat unter anderem aufgrund der Pandemie sowie der zunehmenden Bedeutung von Technologie am Arbeitsplatz ein gewisses Maß an Disruption erlebt.

Ohne das Internet, insbesondere allgegenwärtige Videokonferenzsysteme wie Zoom, wäre es der Wirtschaft unmöglich gewesen, fast über Nacht auf Homeoffice und Online-Unterricht umzustellen. Während Letzteres für gestresste Schulkinder vielleicht eine zu große Umstellung war, hatte die Homeoffice-»Disruption« weitreichende Vorteile. Und während einige Bürojobs so schnell wie möglich wieder vor Ort ausgeübt wurden, haben andere festgestellt, dass Remote-Arbeit die Produktivität steigern und den Bewerberpool um Kandidaten erweitern kann, die andernfalls umziehen müssten. Für Arbeitssuchende verändert dies die Anzahl und Art der Jobs, die sie in Betracht ziehen könnten, radikal.

Veränderungen am Arbeitsplatz werden auch durch kulturelle und wirtschaftliche Faktoren vorangetrieben, darunter eine zunehmend diverse Belegschaft, Probleme in der Lieferkette, eine immer stärkere Fokussierung auf das Geschäftsergebnis und den Gewinn sowie eine zunehmende Mechanisierung. Viele Branchen wurden bereits durch künstliche Intelligenz (KI), Computerisierung und immer ausgefeiltere und spezialisiertere Roboter umgestaltet. Selbstbedienungskassen in Supermärkten ersetzen Kassierer, automatisierte Sprachsysteme übernehmen den grundlegenden Kundenservice, und das Online-Banking ist immer ausgefeilter geworden. Uber und Lyft haben die Transportbranche bereits radikal verändert; wenn selbstfahrende Autos immer ausgefeilter werden, wird sich diese Branche erneut wandeln.

Unterdessen montieren bereits Tausende von Robotern im ganzen Land Autos, arbeiten mit gefährlichen Chemikalien, assistieren bei Operationen, ernten landwirtschaftliche Erzeugnisse, entschärfen Bomben, gehen auf Sicherheitspatrouillen, braten sogar Burger und mixen Drinks.

Das hat weithin zu Angst geführt. Etwa 27 Prozent der Arbeitnehmer befürchten, ihren Arbeitsplatz innerhalb der nächsten fünf Jahre an die Automatisierung zu verlieren; bei der Generation Z sind es sogar 37 Prozent. Die meisten Ökonomen und Arbeitsmarktexperten versichern uns, dass diese Ängste nicht das ganze Bild zeigen. Viele durch KI übernommene Aufgaben ersetzen nicht wirklich einen menschlichen Mitarbeiter – es sei denn, man ist reich genug, um einen Butler namens Alexa zu beschäftigen, der das Licht einschaltet, den Lieblingspodcast abspielt und das Wetter vorhersagt. Darüber hinaus werden Mechanisierung und KI selbst neue Beschäftigungsmöglichkeiten eröffnen.

Ein Bericht des Weltwirtschaftsforums aus dem Jahr 2020 prognostizierte, dass Robotik und Automatisierung in den kommenden fünf Jahren weltweit 85 Millionen Arbeitsplätze verdrängen würden. Er sagte jedoch auch voraus, dass die Technologien 97 Millionen neue Arbeitsplätze schaffen würden. Einige dieser Arbeitsplätze werden in hochspezialisierten Technologiebereichen liegen, aber nicht so viele, wie man vielleicht denken könnte. Schon heute ermöglicht die Technologie Berufe, die früher wie Science-Fiction gewirkt hätten – professioneller Gamer, Social-Media-Manager, Roboter-Reparaturtechniker.

Das Magazin *Wired* erzählt in einem Artikel aus dem Jahr 2022 mit dem Titel »Automation Isn't the Biggest Threat to US Factory Jobs« die Geschichte einer Produktionsstätte in Ohio, die neun hochmoderne Schweißroboter angeschafft hatte. Das Experiment war kein Erfolg – einer der Roboter wurde nie eingesetzt –, vor allem weil die Fabrikbesitzer nicht genügend verfügbare Fachkräfte fand, die Roboter bedienen und reparieren konnten.

Es ist immer *Ihre* Jobsuche

Auch wenn es Ihnen manchmal anders vorkommt und die Jobsuche sich bestenfalls überwältigend, schlimmstenfalls wie ein Crashkurs in Sachen Ablehnung anfühlt. Wenn Sie sich zum hundertsten Mal beworben haben, ohne eine Rückmeldung zu erhalten, ist es leicht, sich niedergeschlagen zu fühlen und den Eindruck zu gewinnen, dass die Arbeitgeber scheinbar die gesamte Macht haben. Natürlich haben sie erheblichen Einfluss auf den Einstellungsprozess, aber das bedeutet nicht, dass Sie machtlos sind. Sie verfügen über mehr Einflussmöglichkeiten, als Sie vielleicht denken. Ganz gleich, in welcher Branche Sie tätig sind oder in welche Sie wechseln möchten – dieses Buch kann Ihnen helfen. In den folgenden Kapiteln erfahren Sie, wie Sie Ihre Jobsuche selbstbewusst und professionell angehen können – vom Verfassen eines überzeugenden Lebenslaufs über großartige Auftritte im Vorstellungsgespräch bis hin zur Verhandlung eines attraktiven Gehalts.

Sie lernen außerdem zu definieren, was »Erfolg« für Sie bedeutet. Für manche Menschen bedeutet Erfolg eine bestimmte Jobbezeichnung, Prestige oder ein hohes Gehalt. Für andere bedeutet es, einem Zweck zu dienen oder Sinn in der Arbeit zu finden. Manchmal ist es eine Kombination von beidem. Wie auch immer Sie beruflichen Erfolg definieren (wir werden das später noch genauer untersuchen), die gute Nachricht ist, dass Sie einen großen Teil dieses Prozesses selbst kontrollieren. Da Sie wissen, dass der Arbeitgeber in der Lage ist, Ja oder Nein zu sagen, fühlen Sie sich vielleicht machtlos, aber das ist erst recht ein Grund, Ihre Suche selbst in die Hand zu nehmen.

Eine umfassende Forschungsstudie³ ergab, dass Sie Ihre Erfolgchancen bei der Jobsuche mindestens verdoppeln können, wenn Sie folgende sechs Dinge tun:

- ◆ Kenntnisse über die Jobsuche erlangen,
- ◆ die Art und Weise verbessern, wie Sie netzwerken und sich in Vorstellungsgesprächen und anderswo präsentieren,
- ◆ sich Ihrer Fähigkeiten bewusster und sicherer werden,
- ◆ Maßnahmen ergreifen,
- ◆ Ziele setzen, und darauf hinarbeiten, sie zu erreichen,
- ◆ um Hilfe bitten, wenn nötig.

Aber wie? Genau drum geht es nun: Schon allein die Lektüre dieses Buches und das Absolvieren der Übungen hat das Potenzial, Ihre Erfolgchancen bei der Jobsuche mehr als zu verdoppeln!

Im weiteren Verlauf dieses Prozesses heißt das Schlüsselwort: Vermittelbarkeit. *Bin ich vermittelbar? Und wie kann ich mich selbst vermittelbarer machen?* Der ganze Sinn und Zweck dieses Buches ist es, sich als Bewerber für die Branche, die Sie interessiert, so stark und vermittelbar wie möglich zu machen.

Arbeitgeber und Jobsuchende sehen die Jobsuche unterschiedlich

Wir wissen nun, dass es da draußen Arbeitsplätze gibt, aber jetzt müssen Sie sich der eigentlichen Herausforderung stellen, denn Jobsuchende und Arbeitgeber gehen die Suche ganz unterschiedlich an. Beide haben ganz verschiedene Regeln und in gewisser Weise sprechen Arbeitgeber und Jobsuchende auch ganz unterschiedliche Sprachen. Wir gehen davon aus, dass wir einen Arbeitgeber in unserer E-Mail und dem angehängten Lebenslauf korrekt kontaktiert haben; was wir zum Beispiel nicht wussten, ist, dass der Arbeitgeber nur Bewerbungen über das firmeneigene Bewerberportal akzeptiert und E-Mails gar nicht öffnet. Wir »halten uns an die Regeln«, schreiben Lebensläufe, erstellen Anschreiben, wenden uns an Jobvermittlungsagenturen und/oder reagieren auf Onlinestellenausschreibungen und Webseiten.

Aber Arbeitgeber bevorzugen Lebensläufe nicht unbedingt. Sie stellen lieber Leute ein, die sie schon kennen oder zu denen sie eine enge Verbindung aufgebaut haben, sodass sie, wenn nötig, eine Position eher innerhalb ihres Unternehmens besetzen oder eine Empfehlung von jemandem in ihrem Unternehmen einholen. Die unaufgeforderte Zusendung eines Lebenslaufs ist daher weitaus weniger attraktiv. Das Diagramm auf Seite 21 gibt Ihnen einen guten Überblick über den Unterschied zwischen der Art und Weise, wie Arbeitgeber neue Mitarbeiter suchen, und der, wie die meisten Jobsuchenden nach Jobs suchen.

Auch haben beide ganz unterschiedliche Erwartungen. Daher möchte ich Ihnen einige Unterschiede zwischen Arbeitgebern und Jobsuchenden aufzeigen:

- ♦ **Sie nehmen an, dass es sich bei der Jobsuche um einen »Einstellungsprozess« handelt, der Arbeitgeber hingegen sieht ihn eher als »Eliminierungsprozess«.** Arbeitgeber haben häufig einen riesigen Stapel von Lebensläufen auf dem Tisch und möchten zunächst einmal herausfinden, welchen Bewerber sie eliminieren können. Im Durchschnitt erhalten sie auf eine Stellenausschreibung Hunderte von Bewerbungen. Doch letztendlich möchten Arbeitgeber nur mit einigen Bewerbern Vorstellungsgespräche führen. Die erste Aufgabe des Arbeitgebers ist es also, diesen Stapel an Lebensläufen auf eine überschaubare Anzahl zu reduzieren.

Viele, wenn nicht alle Arbeitgeber suchen ganz anders nach neuen Mitarbeitern als potenzielle Mitarbeiter nach ihnen

	Wie ein typischer Arbeitgeber gerne eine neue Stelle besetzt	
1	Innerhalb des Unternehmens Durch die Beförderung eines Vollzeitbeschäftigten oder durch die Beförderung eines Teilzeitbeschäftigten, durch das Einstellen einer Zeitarbeitskraft mit befristetem Vertrag oder indem er eine frühere Zeitarbeitskraft fest einstellt. Der Arbeitgeber denkt: »Ich möchte jemanden einstellen, dessen Arbeitsweise ich bereits kenne.« (Diese Strategie birgt für den Arbeitgeber nur geringe Risiken.) Schlussfolgerung für den Jobsuchenden: Versuchen Sie, in dem von Ihnen gewählten Unternehmen unterzukommen – als Zeitarbeitskraft, als Leiharbeitskraft, als Berater – mit dem Ziel, später dort eine Vollzeitbeschäftigung zu bekommen (oder eben nicht).	6
2	Nachweise Durch das Einstellen eines unbekannten Jobsuchenden, der seine Fähigkeiten und Kenntnisse im Hinblick auf die erforderlichen Qualifikationen unter Beweis stellen kann. Schlussfolgerung für den Jobsuchenden: Als Programmierer bringen Sie am besten eines Ihrer Programme mit – mit Programmiercode. Als Fotograf bringen Sie Fotos mit. Als Berater eine Fallstudie, etc.	5
3	Kontakte (ein guter Freund oder ein Kollege) Der Arbeitgeber stellt einen Mitarbeiter aufgrund der Empfehlung eines guten Bekannten oder Geschäftsfreundes ein. (Möglicherweise hat der Kandidat bereits für den Betreffenden gearbeitet.) Schlussfolgerung für den Jobsuchenden: Versuchen Sie jemanden zu finden, der nicht nur den Personalverantwortlichen Ihres Zielunternehmens, sondern auch Ihre Arbeitsweise kennt und Sie beide miteinander bekannt macht.	4
4	Eine Agentur seines Vertrauens Der Arbeitgeber schaltet einen Headhunter oder eine private Arbeitsagentur ein, der Sie in seinem Auftrag genau unter die Lupe nimmt.	3
5	Eine Anzeige Der Arbeitgeber schaltet eine Anzeige in der Zeitung oder im Internet.	2
6	Der Lebenslauf Der Arbeitgeber liest unaufgefordert eingesandte Bewerbungsunterlagen (nur, wenn er wirklich verzweifelt ist).	1
	Wie ein typischer Jobsuchende gerne eine neue Stelle findet	

- ◆ **Sie möchten, dass der Arbeitgeber die Initiative ergreift, um Sie zu finden.** Und wenn er sehr verzweifelt ist, wird er das auch tun (vor allem, wenn Sie über angewandte mathematische und technische Fähigkeiten verfügen!). Einige Personalabteilungen verbringen oft Stunden und Tage damit, das Internet nach geeigneten Personen zu durchsuchen. Aber im Allgemeinen zieht es der Arbeitgeber doch vor, dass Sie die Initiative ergreifen.
- ◆ **Wenn Sie für eine Position in Betracht gezogen werden, möchten Sie, dass Ihre solide Leistung aus der Vergangenheit (zusammengefasst in Ihrem schriftlichen Lebenslauf) ausschlaggebend ist.** Der Arbeitgeber bewertet jedoch Ihren Gesamtauftritt, einschließlich Ihres Social-Media-Profiles, und was er aufgrund des Vorstellungsgesprächs oder anderer Interaktionen über Sie herausfinden konnte.
- ◆ **Sie möchten, dass der Arbeitgeber den Erhalt Ihres Lebenslaufs bestätigt – vor allem, wenn Sie ihn direkt auf seiner Webseite veröffentlichen haben,** aber Arbeitgeber sind im Allgemeinen zu sehr mit anderen Dingen beschäftigt, um Zeit darauf zu verwenden. Daher tun dies nur sehr wenige. Die meisten Arbeitgeber machen dies auch aus rechtlichen und anderen Gründen nicht. Da Sie dies nun wissen, nehmen Sie es nicht persönlich.

Warum sind die Strategien von Jobsuchenden und Arbeitgebern so unterschiedlich? Beide haben bei ihrer Suche völlig unterschiedliche Werte.

- ◆ Der wichtigste Wert/die größte Sorge von Arbeitgebern ist das **Risiko**.
- ◆ Der wichtigste Wert/das Hauptanliegen von Jobsuchenden ist die **Zeit**.

Lassen Sie mich das erklären. Wir Jobsuchenden suchen Strategien, die es uns ermöglichen, in möglichst kurzer Zeit einen möglichst großen Teil des Arbeitsmarktes abzudecken. Unser Wert ist also **Zeit**. Unser gewähltes Mittel ist der Lebenslauf. Wir möchten ihn schreiben oder schreiben lassen und ihn dann per Mausklick weit gestreut versenden.

Der wichtigste Wert des Arbeitgebers hingegen ist das **Risiko**. Der Arbeitgeber möchte die Person einstellen, die das geringste Risiko darstellt. Ich meine *das Risiko, dass diese Einstellung eine Fehlentscheidung war*. Einen falschen Mitarbeiter einzustellen kann ein Unternehmen teuer zu stehen kommen. Die Kosten sind aber nicht nur finanzieller Natur. Eine falsche Wahl kann der Arbeitsmoral der

Mitarbeiter schaden, die Teamarbeit und die Produktivität bedrohen und sogar den Ruf eines Unternehmens ruinieren. Diese Informationen sollten Ihnen helfen zu verstehen, warum es unbedingt notwendig ist, dass Sie Ihre Technik der Stellensuche an die Bedürfnisse des Arbeitgebers anpassen. Dieses Buch wird Ihnen dabei helfen, genau das zu tun.

Es ist schwer vorherzusagen, wie lange die Jobsuche dauert

Eine alte Formel besagt, dass man pro 10 000 Euro Gehalt, einen Monat für die Suche nach einer Stelle veranschlagen sollte. Das bedeutet, wenn Sie 50 000 Euro verdienen möchten, können Sie damit rechnen, dass es fünf Monate dauert, bis Sie eine neue Stelle gefunden haben. Dies ist zwar heute so nicht mehr zutreffend, aber es gibt immer noch eine interessante Korrelation zwischen der Dauer der Suche und der Vergütung der Stelle. Viele Mindestlohnjobs können recht schnell gefunden werden, selbst bei schlechter Konjunktur. Aber je höher die Vergütung ist und je mehr Konkurrenz ins Spiel kommt, desto länger dauert die Suche. Außer die für die Stelle erforderlichen Fähigkeiten sind sehr speziell.

Sie können sich nicht vorstellen, was hinter den Kulissen eines Unternehmens bei den Auswahlprozessen vor sich geht. Häufig dauert die Suche auch länger, als der Arbeitgeber erwartet hat. Manchmal wird die Finanzierung für eine Stelle gestrichen. Oder es wird die Entscheidung getroffen, Einstellungen aufgrund interner Probleme zu verschieben. Urlaube, Feiertage usw. können bei der Planung von Vorstellungsgesprächen verheerende Auswirkungen haben. Unterm Strich gibt es Faktoren, die die Dauer einer Stellensuche beeinflussen – viele davon werden Sie nie erfahren.

Jüngste Berichte der Plattform www.bewerbung.com zeigen, dass man im Schnitt nach 5,2 Monaten einen neuen Job findet. Die Angaben beziehen sich auf die Zeit von der ersten Recherche bis zur Vertragsunterschrift. Ärzte gaben im Durchschnitt einen Zeitraum von 3,8 Monaten an. Am längsten dauert es bei Naturwissenschaftlern (6,3 Monate) und Ingenieuren (6,1 Monate).

Bedenken Sie aber, wenn Sie sich Arbeitslosenquoten anschauen, dass sich nicht alle Arbeitslosen sofort auf dem Arbeitsmarkt tummeln. Einige Menschen sind entmutigt, wieder andere gehören aus anderen Gründen noch nicht zur Erwerbsbevölkerung, zum Beispiel aufgrund von schulischen oder familiären Verpflichtungen oder Krankheit.

Für Langzeitarbeitslose (länger als ein Jahr) ist die Situation komplexer. Häufig gibt es noch andere Faktoren, die für eine über ein Jahr andauernde Arbeitslosigkeit verantwortlich sind. Selbst wenn Sie gekündigt haben, ist die Rückkehr an

den Arbeitsplatz mit besonderen Herausforderungen verbunden und kann entmutigend sein, es sei denn, Sie haben Ihre Fähigkeiten bei der Jobsuche verfeinert.

Es ist wichtig, sich auf die wirtschaftliche Situation angemessen vorzubereiten. Wenn Sie seit über einem Jahr erfolglos auf Jobsuche sind, ist das ein klares Zeichen dafür, dass das, was Sie tun, nicht funktioniert. Dann ist es Zeit für eine Kurskorrektur. Dieses Buch wird Ihnen dabei helfen, Ihren Kurs zu korrigieren und neue Energie und Hoffnung zu finden.

Sie werden wahrscheinlich nicht lange an einem Arbeitsplatz verweilen

Möglicherweise haben Sie Eltern oder Großeltern, die viele Jahre lang in einem Job oder in einem Unternehmen gearbeitet haben. Aber die Verweildauer an einem Arbeitsplatz ist in den vergangenen Jahrzehnten zurückgegangen. Arbeitnehmer zwischen sechszwanzig und neunundzwanzig Jahren gaben zu 39,2 Prozent an, ihren Arbeitsplatz mehrfach gewechselt zu haben.⁴ Ah, diese Jugend, denken Sie jetzt. Aber es handelt sich gar nicht um die Jugend; selbst bei Arbeitnehmern zwischen fünfunddreißig und vierundvierzig sind häufige Wechsel nicht unüblich.

Die Wahrscheinlichkeit, dass Sie viele Jahre lang im gleichen Unternehmen bleiben, hängt von vielen Faktoren ab, zum Beispiel von persönlichen Entscheidungen (die Familie unterstützen oder jemanden pflegen müssen; Kinder, die nicht umziehen wollen) vom Beschäftigungsbereich (Festanstellung von Lehrern; Gewerkschaftsmitgliedschaft) oder von der Vergütung und der Attraktivität Ihrer Fähigkeiten. In einigen Branchen müssen Sie umziehen, um beruflich aufzusteigen oder ihr Gehalt zu verbessern. Wenn Sie den Arbeitsplatz freiwillig wechseln, können Sie oft ein viel höheres Gehalt aushandeln, als wenn Sie bei Ihrem derzeitigen Arbeitgeber bleiben.

Einen großen Teil einer Belegschaft macht heute die Generation Z aus, was die Karrierelandschaft sehr verändert. Diese Generation ist viel eher dazu bereit, ihren Job zu wechseln, um die Arbeitskultur zu finden, die sie bevorzugt.

Im Allgemeinen wird es immer schwieriger, Vollzeitarbeitsplätze zu finden (normalerweise definiert als mehr als fünfunddreißig Stunden pro Woche). Das ist für viele Arbeitnehmer, die gerne Vollzeit arbeiten würden, frustrierend. Die Zahl der Teilzeitangestellten, die eigentlich ganztags arbeiten möchten, beläuft sich derzeit auf fast sechs Millionen.⁵

Infolgedessen haben viele Jobsuchende ihre Suche neu definiert. Einige suchen daher eher kurzfristige Arbeitsplätze, für die Dauer eines Projekts oder was auch immer der Parameter sein mag, um ihre Flexibilität zu steigern.

Die Zahl der Zeitarbeits- oder Teilzeitarbeitsplätze steigt, da immer mehr Arbeitgeber Arbeitnehmer nur für kurzfristige Projekte oder spezifische Aufgaben einstellen. Ein ganzer Arbeitsmarktsektor betrifft Menschen, die wirklich nur kurzfristige Jobs suchen, wie zum Beispiel unabhängige Auftragnehmer, Berater, Freiberufler und Vertragsarbeiter. In 2019 gab es in Deutschland 66,2 Prozent Frauen und 6,4 Prozent Männer, die in Teilzeit beschäftigt waren.⁶ Es wird sogar erwartet, dass die Zahl und der Prozentsatz an Freiberuflern in Zukunft jedes Jahr steigen werden. Die durch Covid-19 bedingte Zunahme an Freiberuflern und die Möglichkeit, im Homeoffice zu arbeiten, wird wahrscheinlich weit über die Pandemie hinaus anhalten, da sowohl Arbeitgeber als auch Arbeitnehmer die Vorteile der Telearbeit entdeckt haben.

Wie Sie wahrscheinlich schon vermuten, ist der Grund für den Anstieg an befristeten Verträgen der Wunsch der Arbeitgeber, ihre Kosten niedrig zu halten. Angesichts der globalen Wirtschaft und des Onlinewettbewerbs haben Arbeitgeber eine budgetfreundliche Strategie entwickelt und stellen Personal nur dann ein, wenn sie Hilfe benötigen, und entlassen es wieder, sobald sie diese nicht mehr benötigen. Tatsächlich haben zwanzig bis dreißig Prozent der Fortune-100-Beschäftigten heute Teilzeitjobs, entweder als unabhängige Unternehmer oder als Zeitarbeiter, und diese Zahl wird den Prognosen zufolge in den nächsten sechs Jahren auf fünfzig Prozent ansteigen. Vor allem Arbeitgeber in der IT-Branche stellen zunehmend nur projektbezogen statt langfristig ein. Sogar in Branchen, in denen Menschen angeblich für längere Zeiträume eingestellt werden, sind Arbeitgeber heute viel eher bereit, ihre Belegschaft zu reduzieren, sobald ihr Business auch nur ansatzweise schlecht läuft. Sie waren davon ausgegangen, einige Jahre in einem Unternehmen bleiben zu können, so wie es Ihnen mitgeteilt worden war, aber dann hat sich die Situation plötzlich verändert, und Sie stehen wieder auf der Straße und sind auf Jobsuche.



Sie sind immer auf Jobsuche

Angesichts der Tatsache, dass Arbeitsplätze nicht mehr so lange erhalten bleiben wie früher, werden wir vielleicht wieder eher auf Jobsuche gehen müssen als angenommen. Aber wie oft wechseln wir unseren Arbeitsplatz eigentlich? Die Generation der Babyboomer hatte in den vergangenen zehn Jahren durchschnittlich zwei Jobs inne, die Generation Z jedoch vier.⁷ Jobsuchende sind zunehmend willens umzuziehen, um bessere Jobchancen zu finden. Durch die COVID-19-Pandemie scheinen sich sowohl die Notwendigkeit (aufgrund von Entlassungen und Geschäftsaufgaben) als auch der Wunsch, die passende Stelle zu finden, intensiviert zu haben. Die Jobsuche selbst ist keine optionale Übung, sie sichert unser Überleben. Das bedeutet, dass *sie* das Einzige ist, das wir wirklich beherrschen und meistern müssen.

Die Jobsuche ist zunehmend online (soziale Kompetenzen benötigen Sie aber immer noch)

Da die Jobsuche heutzutage vorwiegend online erledigt werden kann, ist Ihr Computer Ihr bester Verbündeter in diesem Prozess. Ganz gleich, ob Sie mit einem Textverarbeitungsprogramm einen zielgerichteten Lebenslauf erstellen und ihn auf eine Jobbörse oder Webseite hochladen, per E-Mail an potenzielle Arbeitgeber oder Ihr Netzwerk versenden oder Ihr soziales Medienprofil auf LinkedIn oder Xing erstellen, Ihr Computer kann Ihnen bei jedem Schritt dabei helfen. Da soziale Medien und andere Webseiten wie LinkedIn, Xing, Facebook, Twitter, Instagram, Pinterest, WhatsApp, Zoom, YouTube, Teil unseres Lebens geworden sind, wissen Jobsuchende und Arbeitgeber, wie diese bei der Stellensuche sinnvoll eingesetzt werden können. Sie können auch eine Projektmanagementsoftware, wie zum Beispiel Trello, verwenden, um alle Schritte Ihrer Jobsuche besser zu organisieren. Und natürlich müssen Sie sich nicht auf Ihren Computer beschränken. Ihr Smartphone und Ihre Smartwatch können bei der Suche ebenso hilfreich sein. Viele Arbeitgeber schicken den Bewerbern heute sogar Textnachrichten via WhatsApp statt E-Mails.

Hinweis: Manche Leser sind mit Online- und Smartphone-Technologien nicht so vertraut. Vielleicht können Sie ja in diesem Fall ein Familienmitglied oder einen Freund, der sich mit Computern auskennt, um Hilfe bitten. Ihre örtliche Bibliothek kann ebenso hilfreich sein: Die meisten Bibliotheken verfügen über öffentliche Computer, die Sie nutzen können, und bieten Computerkurse an. Wenn Sie sich die Zeit nehmen, sich Computerkenntnisse anzueignen, kann Ihnen das bei Ihrer Suche und bei der Arbeit sehr weiterhelfen.

Das Internet ist eine unschätzbare Informationsquelle für Ihre Jobsuche. Job-suchende klagen oft darüber, gerne etwas anderes machen zu wollen, aber nicht genau zu wissen, was. Nun, das Internet unterstützt Sie bei diesem Anliegen. Eine der besten Methoden, festzustellen, welche Stellen heutzutage ausgeschrieben werden, ist die Suche in den wichtigsten Jobbörsen und Social-Media-Webseiten. Viele Arbeitgeber veröffentlichen ihre Stellenangebote heutzutage auf Facebook, Twitter, Instagram etc., oder zumindest verweisen sie dort auf die Stellenausschreibung, die Sie dann auf ihrer Webseite finden können. Vielleicht bewerben Sie sich gar nicht über diese Webseiten, aber zumindest können Sie dort mehr über den Job, der Sie interessiert, und die Anforderungen erfahren. Dadurch machen Sie sich auch mit der Sprache dieses Arbeitsplatzes vertraut, denn die Terminologie in der Stellenausschreibung wird Ihnen dabei helfen, ein besseres Bewerbungsschreiben zu formulieren. Probieren Sie es einmal aus. Auf dieses Thema wird später noch ausführlich eingegangen, aber überlegen Sie sich vorerst, für welche Branche Sie sich interessieren, welche Stellenbezeichnung Sie in Betracht ziehen oder sogar wo Sie arbeiten möchten. Durchstöbern Sie einmal folgende Webseiten und schauen Sie, was Sie herausfinden können:

- ◆ **Indeed.com** ist eine Mega-Stellenbörse mit landesweit Tausenden von Stellenangeboten in allen Bereichen und Branchen.
- ◆ **Monster.de, Stepstone.de, Jobs.de** etc. bieten weitere Möglichkeiten zur Stellensuche.
- ◆ Nischen-Jobbörsen können Ihnen bei der Suche nach Stellenangeboten in bestimmten Bereichen oder Branchen behilflich sein. Wenn Sie zum Beispiel an einer Position in der Medienbranche interessiert sind, lohnt sich ein Blick auf **mediajobs.de**.
- ◆ Die **Jobbörsen von Unternehmen** können ebenso eine hervorragende Quelle sein, besonders, wenn Sie wissen, welches Unternehmen Sie interessiert. Gehen Sie einfach auf die Webseite eines beliebigen Unternehmens und suchen Sie nach einem Link zu »Karrieren« oder »Jobs«. Wenn Sie nichts finden können, suchen Sie nach der Personalseite. Sie sollten nur wissen, dass das, was veröffentlicht wird, vielleicht nur die Spitze des Eisbergs ist (mehr dazu später).
- ◆ Altersbezogene Jobbörsen sind eine weitere Möglichkeit zur Jobsuche, wenn Sie in eine bestimmte Kategorie fallen. Wenn Sie zum Beispiel über fünfzig Jahre alt sind, gehen Sie doch mal auf die Webseite: **job-server.net**.

Vor einem möchte ich Sie aber warnen: Fallen Sie nicht auf Betrug rein, wenn Sie sich in den Job-Webseiten umsehen. Oft beinhalten diese Falschaussagen oder sind

regelrecht betrügerisch. Vorsicht ist insbesondere geboten bei Stellenangeboten, die auf Websites veröffentlicht werden, auf denen jeder eine Anzeige schalten kann, wie beispielsweise Reddit oder kleinanzeigen.de. Zwar finden sich auf diesen Seiten viele seriöse Inhalte, doch manchmal schleichen sich auch Betrüger ein. Verfolgen Sie keine Stellenangebote, bei denen Sie aufgefordert werden, Geld an jemanden zu überweisen oder anderweitig ungewöhnliche Geldtransaktionen vorzunehmen. Seien Sie misstrauisch in Bezug auf »Ausbildungsgebühren« oder Gebühren für die Durchführung einer Hintergrundrecherche. Füllen Sie Onlinebewerbungen, die Ihre Adresse und andere private Informationen erfordern, erst dann aus, wenn Sie hundertprozentig sicher sind, dass es sich um eine legitime Stellenausschreibung handelt.

All dies soll Ihnen erst mal einen Überblick über alle Möglichkeiten in Ihrem Interessengebiet geben. Bedenken Sie aber, dass Sie trotz unserer zunehmenden Abhängigkeit von Computern für einen Großteil der Jobsuche weiterhin Menschen treffen und Ihre Kommunikationsfähigkeit während des gesamten Suchprozesses ausbauen müssen.

Was Sie benötigen, um bei der Jobsuche erfolgreich zu sein

Es gibt viele Untersuchungen darüber, was eine erfolgreiche Jobsuche ausmacht, aber was ich Ihnen jetzt erzähle, wird Sie vielleicht überraschen. Eine bereits erwähnte Forschungsstudie hat mehrere Schlüsselemente für eine erfolgreiche Jobsuche identifiziert, zum Beispiel die Fähigkeit, sich Ziele zu setzen, Maßnahmen zu ergreifen, Selbstvertrauen zu entwickeln und seine Selbstdarstellung zu verbessern. Einige Untersuchungen weisen jedoch auf einen weiteren wichtigen Faktor für den Erfolg bei der Jobsuche hin: Selbstmitgefühl. Manchmal kommt man an dem Punkt, sich selbst zu vorzuwerfen, nicht perfekt und weniger gut als andere zu sein. Es ist wichtig, während dieses Prozesses auch sich selbst gegenüber achtsam zu sein. Belohnen Sie sich auch einmal dafür, aktiv gewesen zu sein, egal wie das Ergebnis ausgefallen ist. Bitten Sie um Hilfe, wenn Sie diese benötigen. Seien Sie nicht zu hart zu sich selbst und lieber dankbar für die kleinen Dinge, die vielleicht doch funktioniert haben.

Sie wissen jetzt, dass sich die Arbeitswelt ständig verändert und dass Sie bei der Jobsuche mit diesen Veränderungen Schritt halten müssen. In der heutigen Welt wird nicht unbedingt derjenige eingestellt, der der Beste für einen Job ist, sondern der, der am meisten darüber weiß, wie man eingestellt wird.

Wir müssen uns also neue Fähigkeiten aneignen, um in dieser neuen Welt überleben zu können. Wir müssen damit beginnen, uns selbst besser kennenzulernen. Stellen Sie sich vor, Sie gehen in der Natur wandern und stehen plötzlich mitten in einem rauschenden Bach; Ihr Instinkt ist wahrscheinlich, so schnell wie möglich wieder festen Boden unter die Füße zu bekommen, um nicht ins Wasser zu fallen. Daher müssen auch Sie zunächst eine Selbsteinschätzung vornehmen, die Ihnen in diesen Zeiten Halt gibt. Eine gute Möglichkeit hierzu findet sich in diesem Buch in den Kapiteln 5 und 6. Zu wissen, wer Sie sind, was Ihnen gefällt und was Sie am besten können, was Sie beflügelt und was Sie anspornt, Ihr Bestes zu geben war noch nie so wichtig wie heute. Lassen Sie diesen Schritt bei Ihrer Jobsuche nicht aus.

Des Weiteren müssen wir uns fragen: *Wie füge ich mich in diese disruptive Welt ein, in der Arbeitsplätze immer mehr zu Partnerschaften zwischen Menschen und Maschinen werden?* Für einige von Ihnen sind dies aufregende Zeiten, denn Sie lieben Technik und können die neuesten Entwicklungen kaum abwarten. Andere müssen ihre Einstellung zur künstlichen Intelligenz neu überdenken und damit beginnen, Maschinen (einschließlich Roboter) als Freunde zu betrachten, die uns bestimmte Aufgaben abnehmen, und nicht als Feinde, die uns unsere Arbeitsplätze wegnehmen. Am Ende dieses Buches werden Sie ein gutes Gespür dafür haben, welcher Job am besten zu Ihnen passt und wie Sie ihn am effizientesten und effektivsten finden.

Sie alleine profitieren von diesen neuen Kenntnissen für die Jobsuche. Dieses Buch wird Ihnen dabei helfen und Ihnen genau aufzeigen, was Sie dafür tun müssen.



Ich bin nicht vom Glück begünstigt.
Wissen Sie, was ich bin?
Ich bin klug. Ich bin begabt.
Ich nutze den Vorteil
der Möglichkeiten, die sich
mir bieten, und ich arbeite
wirklich sehr hart. Denken Sie
also nicht, ich hätte einfach
nur Glück gehabt.
Ich bin nur knallhart.

Shonda Rhimes

Die Jobsuche ist wie ein Psychospiel: Ich verrate Ihnen zehn Möglichkeiten, es zu gewinnen

Sich einen neuen Job zu suchen ist sehr anstrengend. Vielleicht sind Sie gerade arbeitslos, vorübergehend entlassen oder sogar gefeuert worden. Vielleicht stecken Sie in Ihrem derzeitigen Job fest oder sind unglücklich. Arbeitslosigkeit oder das Gefühl, sich von Ihrer Arbeit abgekoppelt zu haben, kann Ihre Psyche sehr belasten. In einer Studie wurde festgestellt, dass die Lebenszufriedenheit der Betroffenen umso mehr abnimmt, je länger sie arbeitslos sind, und ihr Grad an Angst und Traurigkeit zunimmt.⁸

Ich weiß aus eigener Erfahrung, dass dies keineswegs ungewöhnlich ist. Ich bin in meinem Leben schon zweimal entlassen worden. Und ich erinnere mich noch lebhaft daran, wie ich mich jedes Mal fühlte, als ich die traurige Nachricht bekam. Wie betäubt verließ ich das Gebäude, als ob ich gerade ein Zugunglück überlebt hätte. Die Sonne schien strahlend hell, kein Wölkchen trübte den Himmel; und da es beide Male zufällig Mittagszeit war, waren die Straßen voller lachender, glücklicher Menschen, die, wie es schien, keinerlei Sorgen hatten.

Ich erinnere mich, wie ich dachte: »Gerade ist die Welt eingestürzt – meine Welt zumindest. Wie können all diese Menschen so tun, als sei nichts passiert?«

Diese Gefühle wurden in den darauffolgenden Wochen nur noch heftiger. Mein Zustand lässt sich folgendermaßen beschreiben: *Ich war traurig, verängstigt, verzweifelt, hoffnungslos und glaubte, dass »es immer so bleiben würde«.* Ich hatte Depressionen. Die Arbeitslosigkeit erschütterte meine Seele in ihren Grundfesten. Ich musste einfach einen Weg finden, um mit meinen *Gefühlen* fertig zu werden.

Ich habe festgestellt, dass meine Gefühle überhaupt nicht ungewöhnlich waren. Viele von uns fühlen uns, wenn wir lange Zeit arbeitslos sind, ausgelaugt und depressiv. Unser größter Wunsch ist es, diese Gefühle wieder loszuwerden. Und glücklicherweise können wir das auch.

Zehn Wege, um bei der Jobsuche belastbar zu bleiben

Irgendwann sah ich einen Autoaufkleber, auf dem stand: »Glauben Sie nicht alles, was Sie denken«. Was für eine treffliche Erinnerung daran, dass wir unseren Gedanken nicht immer trauen sollten! Wir neigen dazu, unseren Gedanken zu trauen, und meistens können wir das ja auch. Aber eben nicht immer. Zu häufig denken wir über jeden kleinen Fehler nach, den wir im Leben gemacht haben, oder über falsche Entscheidungen oder warum wir auch in Zukunft nicht richtig entscheiden werden. Nur weil man etwas denkt, ist es aber noch lange nicht wahr. Wenn Ihnen also Ihre Gedanken im Weg stehen, denken Sie immer daran, dass Sie diese selbst steuern können und sich genauso auch auf positivere Gedanken konzentrieren können.

Je mehr Sie wissen, wie Sie denken, desto mehr können Sie negative Gedanken, die Sie nur behindern, infrage stellen und Ihren Fokus auf positivere Gedanken lenken, die Sie voranbringen. So entwickeln sie, was Psychologen »Resilienz« nennen: die Fähigkeit, unangenehme Situationen und Herausforderungen im Leben zu meistern. Indem Sie sich den Herausforderungen einer Jobsuche stellen, beweisen Sie Ihre Widerstandsfähigkeit und Ihre Fähigkeit, sie meistern zu können.

Nehmen wir das reale Beispiel eines technischen Redakteurs, der ein Jahr nach Beginn des COVID-19-Lockdowns entlassen wurde – und das ausgerechnet via Zoom. Er und seine Frau ließen sich scheiden, seine Mutter kämpfte gegen den Krebs, und als wäre das noch nicht genug, ging sein Therapeut vorzeitig in Ruhestand. In dem Bestreben, einen Quereinstieg als Programmierer zu wagen, meldete er sich für ein Coding-Bootcamp an. Nach über hundert Bewerbungen (und einigen vielversprechend erscheinenden Vorstellungsgesprächen) hatte er keine Jobangebote, kein Geld und kaum noch Hoffnung. Dann aber folgte er den Ratschlägen dieses Buchs, nutzte die Jobbörse seines Fortbildungsanbieters und bat einige Freunde aus der Tech-Branche um Rat. Ihm wurde klar, dass er mit jedem Vorstellungsgespräch mehr darüber lernte, wonach Tech-Arbeitgeber bei einem Bewerber suchen. Indem er seine Zurückhaltung, um Hilfe zu bitten, überwinden konnte, gewann er zusätzliche Einblicke und knüpfte Kontakte, die ihm zu einem Job in seinem neuen Fachgebiet verhalfen.

Wir können unseren Fokus verschieben und ändern, wie wir unsere Situation betrachten. Im Folgenden finden Sie zehn Möglichkeiten, dies zu tun (mit hilfreichen Ressourcen). Bedenken Sie, dass nicht alle Vorschläge Sie gleichermaßen ansprechen werden, daher beherzigen Sie zunächst einen, der zu Ihrer jetzigen Situation am besten passt. Vielleicht passt ein anderer zu einem anderen Zeitpunkt besser.