

Link: <https://www.cio.de/a/so-finden-sie-den-passenden-job-als-fuehrungskraft,3607278>

Karriereplanung

So finden Sie den passenden Job als Führungskraft

Datum: 15.06.2021

Autor(en): Gudrun Happich

Vor allem für Top-Führungskräfte ist eine strategische Karriereplanung wichtig. Das Vorgehen erklärt dieser Artikel - mit Beispielen aus der Praxis.



Um den richtigen Weg zu finden, macht es auch bei der Karriereplanung Sinn, zuerst das Ziel klar zu definieren.

Foto: Rawpixel.com - shutterstock.com

Wann ist es für Sie als Führungskraft Zeit für berufliche Umorientierung und wie finden Sie den Posten auf einer Führungsebene, der wirklich zu Ihnen passt? Grübeln Sie nicht alleine vor sich hin; meistens hilft ein professioneller Blick von außen, um den passenden nächsten Schritt zu gehen. Denn als **Top Manager**¹ stehen Sie oft unter großem Druck. Sie müssen das Unternehmen nach vorn bringen und die **Unternehmenskultur verbessern**². Sie müssen ihren Einfluss unternehmenspolitisch geltend machen und jeder Herausforderung professionell begegnen. Spätestens, wenn dabei die eigene Überzeugung in den Hintergrund tritt, wünschen sich viele Geschäftsführer, CIOs und andere Top-Führungskräfte eine berufliche Veränderung - es wird Zeit, die Karriereplanung zu schärfen.

Überzeugend führen, wenn man weiß, was wirklich zählt

Als langjähriger Executive Coach für Geschäftsführer, CIOs und Top-Führungskräfte weiß ich, dass die Frage nach der Karriereplanung den einen lähmt, während sie den anderen umso mehr motiviert. In beiden Fällen hilft eine persönliche Karriereberatung. Denn seinen eigenen Weg kann man nur wirklich erfolgreich gehen, wenn man 100-prozentig davon überzeugt ist.

Für das Top Management bedeutet das: Man kann nur mit Überzeugung führen, wenn man weiß "was wirklich zählt". Nur so können erfolgreiche Top Manager über alle unternehmenspolitischen Machtspiele, Strategien und Ziele hinweg als Führungskraft erfolgreich und sich selbst treu sein.

Die Frage danach, was wirklich den Ausschlag für die Neuorientierung gibt, muss jeder für sich selbst beantworten. Eine allgemein gültige Blaupause für die Karriereplanung gibt es nicht. Aber auf die folgenden Aspekte sollten Sie achten, damit der Job gelingt und Spaß macht. Einige davon helfen uns auch bei der Karriereberatung zur Neuorientierung.

- Achten Sie nicht zwangsläufig nur auf das absolute Gehalt, Sie zählen als Top Manager zu den Top Verdienern. Das Gesamtpaket muss passen.
- Klären Sie so früh wie möglich die Frage, ob Sie sich den Job als Top Manager wirklich antun wollen.
- Stellen Sie sich selbst die richtigen Fragen und informieren Sie sich bestmöglich über das, was in der neuen Rolle auf sie zukommt.
- Lernen Sie die **Regeln für die Machtspiele**³ und lernen Sie vor allem diese zu spielen. Top Management ist häufig eine Kombination aus Strategien, Beziehungen und Politik.

Erfolgreich, aber unzufrieden - eine Lösung: Neuorientierung

Aus meiner Erfahrung mit Top Managern im Executive Coaching kenne ich viele Beispiele der Neuorientierung. Eins ist das von Thorsten B., CIO eines großen Beratungsunternehmens und in seinem Job sehr erfolgreich. Trotzdem ist er unzufrieden mit sich, seiner Rolle und seinen Leistungen. Der Top Manager ist unsicher, was den nächsten Schritt seiner Karriereplanung betrifft. Er möchte herausfinden, was seine größten Stärken, zentralen Motive und die konkreten Anforderungen an ein für ihn ideales Umfeld sind. Die Fragen, die wir dazu gemeinsam beantworten, lauten:

- Wo kommen seine Stärken am besten zu Geltung?
- Was sind seine Werte? Was ist sein Purpose - sein Sinn, der ihn zur Höchstleistung motiviert?
- Wie setzt er diese in die Praxis um?

Am Ende des Executive Coachings zur Neuorientierung findet er seine ideale Position mit Hilfe des von mir entwickelten Chipkarten-Modells. Grundlage ist eine spezielle Karriere-Chipkarte, auf der das einzigartige Profil des Leistungsträgers, seine Stärken, Motive, Werte und Besonderheiten erfasst sind. Bei der Karriereberatung zur Neuorientierung geht es schließlich nicht darum, sich anzupassen und dadurch immer austauschbarer zu werden. Es geht darum, eine Position zu finden, die möglichst genau zu den individuellen Anforderungen und Wünschen passt und die Chance zur Entfaltung bietet. In meiner Coaching-Praxis spreche ich diesbezüglich gerne von "Karriere anders herum" - und Sie werden sehen, es ist viel zielführender!

Alles zu Karriere auf CIO.de⁴

Karriereplanung statt Try und Error

Ein weiteres Beispiel ist das des ebenfalls erfolgreichen Senior Beraters Hermann S., der wie Thorsten B. eine beachtliche Karriere hinlegt. Nahezu wöchentlich erreichen ihn neue spannende Angebote von Headhuntern und er hat bereits mehrfach seinen Arbeitgeber gewechselt, um den nächsten Schritt zu machen. Inzwischen ist er Mitte 40 und stellt sich die Frage der Neuorientierung. Im Rahmen der Selbstreflexion hat er für sich bereits geklärt, dass ihn die Karriere im Top Management, so wie er sie bisher gelebt hat, eigentlich nicht mehr.

Eine typische Entwicklung im Management-Bereich: Erfolgreiche Leistungsgräger, die eine Karrierestufe nach der anderen erklimmen, sind nach meiner Erfahrung zahlreicher Executive Coachings oft getrieben vom Wunsch nach Anerkennung und Einfluss. Hat man alles erreicht, verliert man das Interesse und die Motivation für den nächsten Schritt.

Für Hermann S. ist es höchste Zeit für eine Karriereplanung mit Zukunft. Denn weiter Jobs wechseln und sich an den immer größeren Herausforderungen erfreuen, das will er nicht mehr. Er will einen Reset machen und die nächsten Karriereschritte zielgerichtet angehen. Konkret will der erfolgreiche Top Manager Folgendes über sich herausfinden:

- Welcher Weg ist wirklich meiner?
- Wo liegen meine Stärken und Motive?
- Was ist das Besondere an mir, was ist meine Leidenschaft?
- Welchen Nutzen kann ich mit meinen Fähigkeiten wem bieten?
- Wie erreiche ich das, was für mich wirklich zählt?

Die Antworten trägt er als Ergebnis seiner Neuorientierung auf seiner Karriere Chip-Karte zusammen und geht damit proaktiv auf die Unternehmen zu, die ihn interessieren und die zu ihm passen - mit Erfolg: Er findet schnell die Position, die seinen Interessen und Fähigkeiten entspricht und geht den nächsten Schritt mit neuer Motivation und Spaß.

Neuorientierung kann Karriere und Erfüllung verknüpfen

Die Klienten in den beiden Beispielen verbindet die erfolgreiche Neuorientierung durch persönliche Karriereberatung. Viel wichtiger ist jedoch, dass beide den nächsten Schritt zur inneren Zufriedenheit und Erfüllung gegangen sind. Sie haben sich also vor allem auch emotional neu orientiert, und zwar dahingehend, dass sie ihren alten Weg verlassen haben und sich mit der zielgerichteten Neuorientierung auf einen neuen begeben haben. Als Ziel immer im Visier haben sie den Job, die Rolle und die Position, die zu ihnen passen - bei dem Unternehmen, in dem sie sich am ehesten vorstellen können, ihre Fähigkeiten gewinnbringend für alle Seiten einzubringen.

Die persönliche Erfüllung durch Neuorientierung und die Fortsetzung der Karriere schließen sich keinesfalls aus. Am Ende setzt die Erkenntnis, was wirklich zählt für befreites und zufriedenes Arbeitsleben sehr oft neue Kräfte frei und treibt zu Höchstleistungen an. Ganz egal, ob die Neuorientierung in eine neue Position in einem neuen Unternehmen führt oder für mehr Klarheit im bestehenden Arbeitsverhältnis gesorgt hat.

Mit Klarheit zur Neuorientierung

Die Klienten in den beiden Beispielen verbindet die erfolgreiche Neuorientierung durch persönliche Karriereberatung. Viel wichtiger ist jedoch, dass beide den nächsten Schritt zur inneren Zufriedenheit und Erfüllung gegangen sind. Sie haben sich also vor allem auch emotional neu orientiert, und zwar dahingehend, dass sie ihren alten Weg verlassen haben und sich zielgerichtet auf einen neuen begeben haben. Die persönliche Erfüllung durch berufliche Neuorientierung und die Fortsetzung der Karriere schließen sich keinesfalls aus. Am Ende setzt die Erkenntnis, was wirklich zählt neue Kräfte frei und treibt zu Höchstleistungen an.



Manager sollten sich neu orientieren, wenn sie das Gefühl haben, dass der Job sie nicht mehr fordert und selbst gezielt nach dem neuen Job suchen.

Foto: Africa Studio - shutterstock.com

Ein weiteres Beispiel für gelungene Selbstreflexion und Neuorientierung ist das meines Klienten Markus G. Er ist erfolgreich, leitet als Geschäftsführer eine Konzerntochter, gilt als jemand, der Projekte aktiv angeht. Privat ist er glücklich verheiratet und Vater von zwei Kindern. Er könnte rundum zufrieden sein - ist es aber nicht. Lange dachte er, dass mit jedem nächsten Schritt auf der Karriereleiter alles besser würde. Stattdessen wuchs seine Unzufriedenheit und seine Versuche, eine Lösung zu finden, scheiterten, wie er beschrieb: "All das Nachdenken (...) hat nichts für mich geändert. Ich bin in Not - ich weiß nicht, wo ich hinwill. Ich muss etwas verändern, schaffe es aber nicht alleine."

Als neutraler Sparringspartner habe ich zusammen mit Markus G. entlang der Leitfrage "Wie finde ich heraus, was für mich wirklich zählt?" seine ursprünglichen Motive und Werte zutage gefördert. Im Arbeitsalltag ist er viel zu schnell ins Funktionieren übergegangen und hat darüber vergessen, was ihm eigentlich wichtig ist. Das Executive Coaching setzte bei Markus G. enorme Kraft frei. Er gewann Klarheit, Ausstrahlung und Überzeugung. Er wusste, was er wirklich will - und zwar nicht die Aufgabe eines Geschäftsführers. Er suchte nach einer Aufgabe und Position, die zu seiner klaren Vision und Formulierung seiner Wunschaufgabe passte.

Dem Teufelskreis entkommen

Unzufriedenheit mit der Rolle und Position und damit die Frage nach einer Neuorientierung ist kein Luxusproblem. Im Gegenteil, es ist wichtig, eine Aufgabe zu finden, die zu einem selbst passt. Ansonsten leidet die Leistungsfähigkeit, und der langfristige Erfolg bleibt aus. Stellen Sie sich die folgenden Fragen:

1. Sie sind unzufrieden mit Ihrem Alltag.
2. Sie flüchten gedanklich in Tagträume und Visionen, wie ihr Alltag für Sie vielleicht sein könnte.
3. Sie suchen auf verschiedenen Wegen nach Lösungen, wie Sie den Alltag an Ihre Tagträume anpassen können. Sie sind motiviert und fast ungeduldig, endlich die Lösung zu finden.
4. Sie finden mögliche Lösungen in Seminaren, Webinaren und Gesprächen - jedoch keine, die wirklich zu Ihnen und Ihrer Situation passt.
5. Sie schieben Frust und kehren in Ihren bisherigen Alltag zurück.

Erkennen Sie sich wieder? Dann ist es vielleicht Zeit für eine Neuorientierung. (bw)

[Hinweis auf Bildergalerie: **Tipps und Fakten zum Büroschlaf zwischendurch**] ^{gall}

Links im Artikel:

¹ <https://www.cio.de/a/aufstieg-ins-top-management,3657155>

² <https://www.cio.de/a/cios-am-limit,3580933>

³ <https://www.cio.de/a/machtspiele-im-management-erkennen-und-umgehen,3590416>

⁴ <https://www.cio.de/topics/karriere,1811>

Bildergalerien im Artikel:

^{gall} **Tipps und Fakten zum Büroschlaf zwischendurch**



Das erholsame Schläfchen

Kurze Ruhepausen können im Arbeitsalltag helfen, so machen toten Punkt zu überstehen. Der Online-Shop perfekt-schlafen.de verrät zehn Tipps und Fakten rund um die erholsamen Schläfchen zwischendurch.

Foto: dreamerve - Fotolia.com



1. Von wegen Schlendrian: Powernaps steigern Konzentration und Leistungsfähigkeit?

Regelmäßige Schläfchen zwischendurch senken das Herzinfarkt-Risiko und steigern nachweislich die Konzentration und Leistungsfähigkeit. Die Aufmerksamkeit kann durch ein kurzes Nickerchen sogar um bis zu 100 Prozent erhöht werden, sodass das Energietanken am Arbeitsplatz auch für Chefs echte Vorteile hat.

Foto: Jeanette Dietl - Fotolia.com



2. Kompakte Entspannung, die in jede Mittagspause passt?

Powernaps sollten etwa 10 bis 30 Minuten lang sein. Damit lassen sie sich problemlos in jede Mittagspause integrieren. Aber Achtung: Länger als eine halbe Stunde sollte das Nickerchen nicht werden, danach fällt der Körper in einen Tiefschlaf - das Aufwachen wird dann ungemütlich und wenig erfrischend.

Foto: Tyler Olson - Fotolia.com



3. Schön satt ruhen: Powernap nach dem Mittagessen?

Besonders gut schläft es sich im Büro direkt nach dem Mittagessen, der Körper ist dann ohnehin träge und kann sich im Schlaf voll und ganz auf die Verdauung konzentrieren. Damit der Chef dabei auch ja nicht die Augen verdreht, sollte die Pause schon so geplant sein, dass nach dem Essen noch 20 bis 30 Minuten zum Ruhen übrig sind.

Foto: Prostock-studio - shutterstock.com



4. Gemütliche Atmosphäre für schnelle Entspannung?

Der perfekte Raum für einen gemütlichen Powernap sollte abgedunkelt und kuschelig warm sein. So kann der Körper schneller abschalten und sich auf den Ruhemodus einstellen. Ist im Büro kein Ruheraum vorhanden, bietet zum Beispiel ein ungenutzter Konferenzraum eine gute Alternative. Licht aus, Rollos runter und einfach mal die Äuglein schließen.

Foto: XtravaganT - Fotolia.com



6. Schlafen macht schlank?

Wer den nächtlichen Schlaf durch Mittagsschläfchen ergänzt, kann sogar sein Gewicht positiv beeinflussen. Denn Menschen, die viel schlafen, profitieren von der Produktion des appetithemmenden Hormons Leptin. Wer weniger schläft, hat demnach häufiger Appetit auf süße und fette Speisen - deshalb nachmittags lieber ein Schläfchen statt Kaffee und Kuchen.

Foto: Piyapong Wongkam - shutterstock.com



7. Bessere Stimmung: Schlafen macht glücklich?

Powernaps sind nicht nur Energie-Booster, sondern auch wahre Killer angespannter Büroatmosphäre. Da während des Schlafens auch das Hormon Serotonin ausgeschüttet wird, wirkt das Nickerchen als Stimmungsaufheller und zaubert gute Laune in den trägen Nachmittag.

Foto: laurent hamels - Fotolia.com



8. Alle Viere von sich strecken: Schlafpositionen im Büro?

Wer sich nicht traut, direkt unter seinem Schreibtisch alle Viere von sich zu strecken, kann auch auf dem Stuhl bequem schlafen. Lässt er sich verstellen, sollte er am besten ganz zurück gedreht werden, um die Füße (natürlich ohne Schuhe) gemütlich auf dem Schreibtisch parken zu können. Bietet der Stuhl diesen Luxus nicht, lässt es sich auch mit dem Kopf auf dem Tisch gut ruhen. Für regelmäßige Schläfchen auf der Tischplatte empfiehlt sich die Anschaffung eines gemütlichen Kissens.

Foto: Roman Samborskyi - shutterstock.com



9. Abschalthilfe: Gadgets für den Powernap?

Am Arbeitsplatz mal eben abzuschalten ist natürlich nicht ganz einfach, besonders dann nicht, wenn man nur begrenzt Zeit dafür hat. Abhilfe können neben den altbewährten Oropax auch coole Gadgets wie das so genannte Ostrich Pillow, oder Straußenkissen, schaffen. Das etwas

merkwürdig anmutende Kissen wird ganz einfach über den Kopf gestülpt und schafft so die nötige Dunkelheit, Ruhe und Polsterung.

Foto: www.studiobanana.com



10. Nicht verschlafen: Tipps zum Wachwerden?

Um rechtzeitig wieder wach zu werden und nicht in den gefährlichen Tiefschlaf zu verfallen, hilft ein Handywecker oder Timer. Ist der Akku einmal leer, einfach auf einen simplen Aufwachtrick zurückgreifen: Ein Schlüsselbund oder einen Apfel in die ausgestreckte oder auf dem Bein abgelegte Hand nehmen. Nickt der Körper in den Tiefschlaf, entspannt sich der Arm und Schlüssel oder Apfel fallen lauthals zu Boden - Guten Morgen! Auch ein Espresso vor dem Schläfchen kann eine gute Idee sein. Er entfaltet seine Wirkung nach etwa 20 Minuten und macht den Träumer automatisch wieder wach.

Foto: Africa Studio - shutterstock.com



5. Rechtlich sicher eingebettet: Arbeitgeber können Schläfchen nicht verbieten?

Auch wenn es manchem Chef vielleicht komisch vorkommt, wenn sich die Belegschaft am Arbeitsplatz ausruht: Verbieten können Arbeitgeber die Schläfchen nicht, vorausgesetzt sie finden in der Pause statt. Diese Zeit steht dem Arbeitnehmer zur freien Verfügung, egal ob er essen, tanzen oder einfach ein kleines Nickerchen machen möchte.

Foto: Billion Photos - shutterstock.com

IDG Business Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Vervielfältigung oder Weiterverbreitung in jedem Medium in Teilen oder als Ganzes bedarf der schriftlichen Zustimmung der IDG Business Media GmbH. dpa-Texte und Bilder sind urheberrechtlich geschützt und dürfen weder reproduziert noch wiederverwendet oder für gewerbliche Zwecke verwendet werden. Für den Fall, dass auf dieser Webseite unzutreffende Informationen veröffentlicht oder in Programmen oder Datenbanken Fehler enthalten sein sollten, kommt eine Haftung nur bei grober Fahrlässigkeit des Verlages oder seiner Mitarbeiter in Betracht. Die Redaktion übernimmt keine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Illustrationen. Für Inhalte externer Seiten, auf die von dieser Webseite aus gelinkt wird, übernimmt die IDG Business Media GmbH keine Verantwortung.