

7 Tipps von Profis

Sonntags
Blick

AKTUELL
16. August 2015

So bleiben Sie fit für den Arbeitsmarkt

1 BRINGEN SIE IHRE PAPIERE IN ORDNUNG! «Das Ziel ist, arbeitsmarktfähig zu bleiben», sagt Barbara Stalder (54), Regionalleiterin der Berufs- und Laufbahnberatung BIZ Biel-Seeland. Das tönt furchtbar technisch. Was heisst es konkret? Der erste Schritt ist simpel: Man muss seine Papiere in Ordnung bringen. Also den Lebenslauf auffrischen, die Zeugnisse sortieren und Profile auf Xing und LinkedIn erstellen. **Geht es um konkrete Bewerbungen, wird es schon anspruchsvoller.** «Standardbriefe gehen in den Personalabteilungen unter», sagt **Erich Weber (59) von der Coaching-Firma Job**

Design. Sein Rat: «Ein Bewerbungsschreiben ist ein Liebesbrief an den neuen Arbeitgeber. Deshalb muss eine Bewerbung auch so formuliert sein wie ein Liebesbrief.»

2 BRINGEN SIE SICH SELBST IN ORDNUNG! Das Wort «arbeitsmarktfähig» sagt es: Der Kampf um knappe Stellen kann ein gnadenloser Wettbewerb sein, bei dem immer nur einer gewinnt. **Um seinen Platz zu behaupten, sollte man sich weder anbiedern noch verbiegen.** Aber man sollte wissen, wer man ist, wo die eigenen Stärken und Schwächen liegen. Bei einer Analyse

kann ein Coach helfen. Vielleicht genügt aber auch ein Gespräch mit einem Freund.

3 ORGANISIEREN SIE SICH! Zusammen ist man stärker als allein. Wenn die Firma ins Ausland verlagert wird, trifft es alle. In solchen Situationen sind Gewerkschaften enorm wichtig. Sie beraten die Betroffenen, organisieren kollektive Aktionen, kämpfen für Sozialpläne. **Gewerkschaften spielen aber auch in guten Zeiten eine wichtige Rolle.** Deshalb sollte man frühzeitig klären, ob eine Mitgliedschaft Sinn macht.

4 BILDEN SIE SICH WEITER! «Wer über längere Zeit dieselbe Routinetätigkeit ausübt, ist besonders gefährdet, die Stelle zu verlieren», sagt Barbara Stalder. Das Risiko lässt sich senken, indem man seine Qualifikationen erweitert. **«Gerade in Grossfirmen gibt es viele Möglichkeiten, neue Funktionen zu übernehmen.»**

Ebenso wichtig sind Weiterbildungen. «Es lohnt sich, schnell mit



Laufbahnberaterin und Autorin Regula Zellweger.

einer Weiterbildung anzufangen. Das ist ein Pluspunkt bei einer Bewerbung», sagt die Laufbahnberaterin Regula Zellweger (62).

5 DENKEN SIE VORAUS! Sei es, weil man mit dem Chef nicht auskommt oder weil die ganze Firma in einer Krise steckt. Das Risiko, den Job zu verlieren, ist immer da. **«Man sollte nicht warten, bis der Blitz einschlägt und man die Stelle verliert», sagt Arbeitgeberpräsident Valentin Vogt (54).** «Wer das Gefühl hat, sein Arbeitsplatz sei gefährdet, sollte sich frühzeitig auf die Suche nach Alternativen machen.» Das

mindert auch den Schock, wenn man plötzlich die Kündigung erhält.

6 AKTIVIEREN SIE IHR NETZWERK! Wichtiger als ein makelloses LinkedIn-Profil sind Kontakte im richtigen Leben. **Schulfreunde, Nachbarn oder ehemalige Arbeitskolleginnen wissen vielleicht, wo gerade eine Stelle frei ist.** «Für über 50-Jährige ist es besonders wichtig, sich zu vernetzen», sagt Regula Zellweger. «Denn sie werden bei normalen Bewerbungsverfahren oft diskriminiert.» Die Suche muss man keineswegs auf die ausgeschriebenen Stellen

beschränken. «70 Prozent aller Stellen werden nie ausgeschrieben», sagt Vogt. «Es lohnt sich, spontan eine Firma anzuschreiben, wenn man der Meinung ist, dort einen Beitrag zur Weiterentwicklung leisten zu können.»

7 VERMEIDEN SIE DIE OPFERROLLE! Auch wenn es einfacher gesagt als getan ist: «Selbst wenn man seine Stelle unverschuldet verloren hat, darf man nicht in eine Opferrolle verfallen», sagt Zellweger. Statt Trübsal zu blasen, nutzt man die stollenlose Zeit besser für Weiterbildungen und Kurse. ● GUIDO SCHÄTTI