

Sie wollen beruflich weiterkommen? Dann sollten Sie einige „Spielregeln“ kennen ...

Jeder hat das Bedürfnis, Anerkennung zu bekommen und seine Ziele zu erreichen – aber wie?

Es gibt einige Karrierefaktoren, die Sie dabei unterstützen, mit Persönlichkeit, Kommunikationsfähigkeit und souveränem Auftreten zu punkten. Worauf Sie achten sollten, erklärt die Referentin der Haufe Akademie, Diplom-Pädagogin Susanne Dölz.

Karrierefaktor 1: Stärken Sie Ihre Persönlichkeit

- Die entscheidende Voraussetzung für Ihre Durchsetzungskraft ist ein positives Selbstbild. Denn wenn Sie unsicher sind, können Sie Ihre Interessen nicht entschlossen genug vertreten.
- Wenn Sie sich durchsetzen wollen, müssen Sie Ihre persönlichen Stärken kennen. Denken Sie an das, was Sie im Leben erreicht haben. Welche persönlichen Qualitäten haben Ihnen dabei geholfen? Zu jedem Menschen gehören jedoch auch Schwächen. Hier lohnt sich ein Perspektivwechsel: Welche positiven Aspekte könnte eine „Schwäche“ in einem anderen Kontext haben?
- Karriere auf Kosten anderer? Solcher Erfolg ist meist teuer erkaufte, denn Druck erzeugt Gegendruck. Ihr eigenes Verhalten ist immer eine „Einladung“ an Ihren Handlungspartner, auf eine bestimmte Weise zu reagieren. So haben Sie selbst entscheidenden Anteil daran, wie Gespräche verlaufen und wie nachhaltige Ergebnisse sind.

Karrierefaktor 2: Souverän den eigenen Weg gehen

- Wenn Sie sich durchsetzen wollen, verfolgen Sie immer einen bestimmten Zweck: Sie wollen eigene wichtige Interessen verwirklichen. Wenn Sie sich also zielgerecht und mit der angemessenen Strategie durchsetzen wollen, müssen Sie Ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse genau kennen.
- Wenn Sie Ihre Ziele erreichen wollen, dürfen Sie sich nicht (nur) auf die Probleme und deren Analyse konzentrieren. Ihr Unterbewusstsein beschäftigt sich sonst vorwiegend mit dem, was negativ ist und raubt Ihnen Kraft und Energie. Fokussieren Sie auf Positives, auf das, was Sie wollen.

Karrierefaktor 3: Sich in der Kommunikation behaupten

- Verwenden Sie klare Ich-Botschaften und vermeiden Sie „Wischwaschi-Aussagen“ wie: „eigentlich könnte man...“ oder „wir sollten vielleicht.“! Erfra-

gen Sie aber auch den Standpunkt Ihres Gegenübers. Denn wer nur noch „ich“ verwendet, gerät zu Recht in den Ruf des Egozentrikers.

Karrierefaktor 4: Machen Sie Werbung für sich selbst

Gut sein allein genügt nicht. Um sich durchzusetzen, müssen Sie sich und Ihre Stärken auch gut „verkaufen“ können. Viele unterschätzen, wie stark ihre persönliche Selbstdarstellung die Beurteilung ihrer beruflichen Fähigkeiten und die Unterstützung durch andere beeinflusst. Sorgen Sie dafür, dass Ihre Talente und Erfolge an entscheidenden Stellen bekannt werden.

www.haufe-akademie.de/8874

Tipps: So entscheiden Sie souverän über „Ja“ und über „Nein“

- Lassen Sie sich nicht unter Zeitdruck setzen, bitten Sie Bedenkzeit aus.
- Hören Sie auf Ihre innere Stimme; gleichen Sie die Anforderungen mit Ihren Zielen ab; handeln Sie nicht gegen Ihre Interessen.
- Wägen Sie ab: Was könnte schlimmstenfalls passieren, wenn Sie „Nein“ sagen?
- Rechtfertigen Sie sich nicht: Sie haben das Recht, „Nein“ zu sagen.
- Bleiben Sie beharrlich, auch wenn der andere Ihnen zusetzt.
- Zeigen Sie sich zuverlässig und geben Sie frühzeitig ein Signal, wenn Sie eine Zusage nicht einhalten können.

**HAUFE.
AKADEMIE**

Lörracher Straße 9, 9115 Freiburg
Tel.: 0761 898-4422
service@haufe-akademie.de
www.haufe-akademie.de