

KARRIEREKICKS

Sie selbst sein (oder auch nicht)

In Ratgebern zum Thema „Sie und Ihre Karriere“ findet sich fast immer der reflexhafte Hinweis „Sei Du selbst“. Aber stimmt das eigentlich?

Fangen wir bei einer Situation an, in der wir in der Regel kaum authentisch sind: dem Vorstellungsgespräch. Stellen Sie sich vor, Sie vertreten die Arbeitgeberseite und sind derzeit aufgrund einiger zwischenmenschlicher Querelen in Ihrem Unternehmen an einem Tiefpunkt Ihrer Motivation. Wenn sich die Bewerberin im Gespräch nach der Arbeitsatmosphäre in der Firma erkundigt, würden Sie Ihre eigenen Probleme höchstwahrscheinlich nicht thematisieren, sondern den Arbeitgeber allgemein beschreiben. Es ist also ein normaler Teil eines solchen Gesprächs, dass Sie sich von einer bestimmten Seite zeigen: dem sehr konzentrierten, taktisch agierenden, professionellen Ich. Alle Beteiligten kennen diese Spielregeln und werden Ihr Verhalten in diesem Kontext bewerten.

Diese professionelle Maske wird nur zum Problem, wenn Sie vorgeben, jemand zu sein, der Sie nicht sind. Als Bewerber:in würde der Einstellende Ihnen das vermutlich anmerken. Und hätten Sie Erfolg, könnten Sie ein Angebot für eine Stelle erhalten, die nicht zu Ihnen passt.

Im Arbeitsalltag wäre es unmöglich oder zumindest ungesund, wenn Sie permanent eine Maske aufsetzen müssten. Sie sollten eine Stelle finden, bei der das unnötig ist. Dennoch haben Sie eine gewisse Rolle zu erfüllen – wie in jeder anderen Situation Ihres Lebens auch. Als Vater meiner Kinder verhalte ich mich anders als in der Rolle des Sohnes, Fahrgasts, Ersthelfers oder eben Arbeitnehmers. Das ist nicht unnatürlich, sondern eine ganz normale Anpassung an die jeweiligen Gegebenheiten. Werde ich in Workshops gefragt, wie man eine Stelle findet, in der man 100 Prozent authentisch sein kann, dann sage ich gerne: „Wenn Sie vollständig authentisch handeln, dann würden Sie nicht einmal zum Vorstellungsgespräch erscheinen, denn das kostet Überwindung.“

Wenn Ihre Arbeit zu Ihnen passt, wird es Ihnen in den meisten Situationen gar nicht auffallen, dass Sie dabei eine bestimmte Rolle einnehmen. Haben Sie allerdings ständig das Gefühl, beobachtet zu werden oder nicht Sie selbst sein zu können, kann das durchaus eine Warnung sein. Können Sie mit Ihrer Chefin oder einem vertrauten Kollegen sprechen und Ihre Gedanken reflektieren? Vielleicht nehmen Sie Erwartungen an Ihre Person wahr, die gar nicht existieren? Oder befinden Sie sich bei einem Arbeitgeber oder in einer Position, der oder die nicht zu Ihnen passt? Dann nehmen Sie Ihr Bauchgefühl ernst und erkunden Sie, wo Sie mehr Sie selbst sein können.



Der promovierte Chemiker **Philipp Gramlich** ist Mitgründer von Natural Science.Careers, einem Unternehmen, das Workshops über Karriereentwicklung und Wissenschaftskommunikation anbietet. Für die *Nachrichten aus der Chemie* schreibt er über Beobachtungen aus seiner Beratungstätigkeit. p.gramlich@naturalscience.careers

Illustration: Uta Neubauer