

BERUF & KARRIERE

DER JOB COACH

Soll ich mich für mehrere Praktika bewerben?

SZ-Leser Fritz A. fragt: Ich bin 27 Jahre alt, habe gerade meinen Bachelor in Politikwissenschaft gemacht und muss jetzt eigentlich dringend Geld verdienen. Bei der Jobsuche habe ich allerdings festgestellt, dass für die meisten Stellen Praktika vorausgesetzt werden. Daher will ich mich nun erst mal darum bewerben. Große Firmen bieten häufig mehrere Praktika an, die für mich infrage kommen würden. Soll ich mich gleich für drei oder vier Praktika in derselben Firma bewerben? Oder erweckt das den Anschein, dass ich mich nicht wirklich für eine Sache begeistern kann?

Vincent Zeylmans antwortet: Lieber Herr A., wenn ein Unternehmen mehrere Stellen im festen Angestelltenverhältnis ausschreibt, ist es kontraproduktiv, wenn Sie sich nicht auf eine Stelle festlegen. Arbeitgeber sehen es gerne, wenn Bewerber wissen, wo ihre Stärken liegen, was sie begeistert und welche Position sie anstreben. Bei einem Praktikum verhält es sich anders.

Dieser überschaubare Zeitraum ist häufig der erste Berührungspunkt mit der Unternehmensrealität und wird daher – auch vom Arbeitgeber – als Orientierungsphase angesehen. Keiner erwartet von Ihnen, dass Sie sich bereits festlegen können. Im Gegenteil, viele Praktikanten wollen erst einmal schauen, welche Aufgabenbereiche es im Unternehmen überhaupt gibt. Das Praktikum dient dazu, für sich zu entdecken, wo man nach dem Studium einmal Fuß fassen könnte. Daher können Sie sich durchaus auf mehrere ausgeschriebene Praktika bewerben.



Haben Sie auch eine Frage zu Berufswahl, Bewerbung, Etikette, Arbeitsrecht oder Führungsstil? Dann schreiben Sie ein paar Zeilen an coaching@sueddeutsche.de. Unsere Experten beantworten ausgewählte Fragen, Ihr Brief wird selbstverständlich anonymisiert.

Wenn Sie – umgekehrt – bestimmte Fachgebiete bevorzugen, können Sie auch initiativ eine Bewerbung für ein Praktikum an Arbeitgeber senden. In Zeiten, in denen es zunehmend mühsam für Firmen ist, qualifiziertes Personal zu finden, sind viele offen für diese Form des Kennenlernens. Auch wenn ein Praktikum für einen Arbeitgeber monetär eher uninteressant ist, wird es als Rekrutierungsmaßnahme geschätzt. Wenn der Praktikant das Team und die Kultur im Unternehmen kennen- und schätzen gelernt hat, zieht er es möglicherweise auch als künftigen Arbeitgeber in Betracht.

Es ist keine Seltenheit, dass eine Firma einem Praktikanten – unabhängig davon, ob er weiter studieren möchte oder nicht – ein Angebot für einen Einstieg ins Unternehmen unterbreitet. Aus Sicht des Arbeitgebers ist es schwieriger, die Persönlichkeit eines Bewerbers zu entwickeln, als seine Fachkompetenz. Gerade in einer unverbindlichen Zeit der Zusammenarbeit können beide ausprobieren, ob sie über das Praktikum hinaus zusammenfinden könnten. Arbeitgeber sehen die Möglichkeit, potenzielle künftige Mitarbeiter in der Alltagspraxis zu beobachten, als ideale Voraussetzung für eine fundierte Personalentscheidung. Wenn ein Praktikant mit persönlichen Kompetenzen überzeugt und dazu eine fachliche Eignung mitbringt, stehen die Chancen sehr gut, dass daraus eine Zusammenarbeit resultieren könnte.

Sie meinen, Sie müssten dringend Geld verdienen. Ich weiß nicht, ob Sie später noch einen Master absolvieren wollen. Wenn nicht, könnten Sie das Praktikum strategisch als Sprungbrett ins Unternehmen sehen. Sie können im Anschreiben darauf hinweisen, dass Sie – wenn das Matching stimmt – durchaus offen sind, nachher bei diesem Arbeitgeber zu bleiben.

Wenn Sie das Studium mit dem Bachelor beenden wollen, erscheint es mir allerdings nicht grundsätzlich erforderlich, dass Sie überhaupt Praktika machen, bevor Sie in ein festes Angestelltenverhältnis wechseln. Versuchen Sie einfach mal, sich auch ohne Praktika auf die ausgeschriebenen Stellen zu bewerben!

Vincent Zeylmans war lange Bereichsleiter und Geschäftsführer in internationalen Konzernen und kennt deren Rekrutierungspolitik aus der Praxis. Heute lebt er als Autor, Karrierecoach und Outplacementberater in Emmerich.



Einmal aussetzen

Batterien aufladen, das Leben entschleunigen, der inneren Stimme folgen – und den Erfolg dabei permanent protokollieren. Das Sabbatical ist zum neuen Statussymbol geworden. Das setzt die Kurzzeit-Aussteiger mächtig unter Druck

VON VIOLA SCHENZ
Als Odysseus nach zwanzig Jahren Krieg und Umherirren auf See endlich in sein Königreich Ithaka zurückkehrte, war dort der Teufel los: Die eigene Ehefrau erkannte ihn nicht, fremde Männer hatten sich in seinem Haus eingenistet und ihn für tot erklärt, Knechte und Mägde ihm die Gefolgschaft gekündigt. Sein altes Leben musste er sich mühsam zurückerobern. Das mit der langen Abwesenheit war keine gute Idee gewesen, zu Recht haben Odysseus einen schlechten Ruf.

Trotzdem wünschen sich sehr viele Menschen nichts mehr, als auf Abwege zu geraten. Sie wollen raus aus dem Büro, raus aus dem Alltag, weg von allem, mal nicht tagein tagaus von fordernden Vorgesetzten, intriganten Kollegen, nervigen Schwiegermüttern umringt sein, sie wollen was ganz Neues sehen, machen, erleben. Wer früher „zivilisationsmüde“ war, ist heute „büro müde“.

Sabbatical heißt daher das Zauberwort, die Erlösung aus dem Alltagseinerlei und das neue Statussymbol. Dienstwagen war gestern. Wo man auch hinhört: Irgendjemand ist immer gerade auf Sabbatical oder kehrt aus einem zurück oder hat ganz fest vor, eines zu nehmen. Blöd, wer da nicht ebenfalls endlich aufbricht, zur Weltumsegelung, zur Südostasien-Australien-Neuseeland-Rundreise, zur Wallretung nach Kanada, zur Jakobsweg-Wanderung, zum Aidsweisen-Projekt in Malawi.

Sabbatical leitet sich ab vom hebräischen „schabat“, das „ruhen“, „aufhören“ oder „nachlassen“ bedeutet. Der Sabbat dauert von Sonnenuntergang am Freitag

bis zur Dunkelheit am Samstag und soll alles der Erholung dienen. Amerikanische Professoren angelten sich den Begriff, weil er schicker klingt als „Forschungsfreiemester“, inzwischen ist er in vielen Branchen geläufig. Das Bedürfnis, vorübergehend auszusteigen und auf Wanderschaft zu gehen, war früher Schulabgängern vorbehalten, in Zeiten ewiger Jugendlichkeit wird es allen Erwachsenen zugestanden.

Mit Hape Kerkeling ging es los, seither gibt es keine Karenz mehr ohne Rapport

Kaum ein Sachbuchverlag kann sich dem Sog entziehen: „Aussteigen auf Zeit. Das Sabbatical-Handbuch“, „Auszeit. Raus aus dem Hamsterrad“, „Barfuß durch den Winter. Ein Sabbatical in der Lebensmitte“, „Schrauben, Schlafen, Surfen. Mein Bulli-Sabbatical am Atlantik“, „Die beste Entscheidung unseres Lebens. Wie wir einfach loszogen und um die halbe Welt reisten“. Der Markt wird überschwemmt von Ratgebern und Lebensbeichten.

Mit Hape Kerkelings Buch „Ich bin dann mal weg“ ging es los, seitdem gibt es keine Karenz mehr ohne öffentliches Pro-

tokoll. Wer schon den Mut aufbringt, dem deutschen Vollkasko-Leben zu entsagen, Rentenabschläge, die Lücke im Lebenslauf und den Nachsendeauftrag bei der Post in Kauf zu nehmen, fühlt sich auch verpflichtet, seinen Mitmenschen all das aufzutischen. Und wer kein Buch verfasst, begleitet seine Auszeit mindestens mit einem Instagram-Account oder einem täglichen Blog-Eintrag. Dass solches Bohedi den Sinn des Sabbaticals (innere Einkehr!) konterkariert – was soll's?

Man kann vier Typen von Kurzzeit-Aussteigern beobachten: Die Gestressten kurz vor dem Burn-out, die dringend „runterkommen“ müssen. Die Gelangweilten kurz vor dem Bore-out, die dringend etwas erleben müssen. Die sozial Engagierten, welche die Welt an einem anderen Ort zu einer besseren machen wollen. Die Sinn-sucher, die nicht wissen, was sie wollen, das aber woanders zu finden hoffen. Hilft ihnen eine Auszeit weiter?

Zweifel sind angebracht. Im Fall des Burn-out-Gefährdeten könnte sich der Stress auch nur verlagern. So eine Berufspause will nämlich gut vorbereitet sein, so einfach lässt sich aus unserem durchbürokratisierten Dasein nicht ausbrechen. Sonderurlaub muss beantragt und gestattet werden, eine Auslandskrankenversicherung auf Vergleichsportalen gegoogelt, die Rentenversicherung unterbrochen, ein günstiger Open-Return-Flug gebucht, eine Unterkunft gefunden, die Wohnung untervermietet, das Auto abgemeldet und das Zeitungsabo unterbrochen werden. Und wer füttert eigentlich den Wellensittich? Man müsste sich allein für die Vorbereitung eine Auszeit nehmen. Stressvermeidung jedenfalls geht anders. Nicht bes-

ser sieht es bei Bore-out-Gefährdeten aus. Ihnen täte ein Jobwechsel wohl sehr viel besser als ein Ortswechsel. Denn ob ihnen unter Palmen oder auf der Alm die große Inspiration begegnet, ist fraglich – auch woanders kehrt schnell Routine ein.

Volunteering dient eher dem Ego, als dass es Probleme in Tansania oder Laos löst

Dann aber die Engagierten und die Sinn-sucher: Woanders zur Hand gehen zu wollen, kann ja so schlecht nicht sein. Kann es doch. Den Hunderten Non-Profit-Organisationen, die sich mittlerweile in fernen Ländern niedergelassen haben, sind die ehrenamtlichen Entwicklungshelfer einerseits willkommen, andererseits flattern sie halt nur herein, so die Klage, und durchkreuzen mit ihrem Aktionismus die Strukturen, die man mühsam gegen korrupte lokale Behörden aufbaut.

Englisch unterrichten, Wasserleitungen reparieren oder Schildkröten zählen dient dann doch eher dem eigenen Ego, als dass es hausgemachte Probleme in Tansania oder Laos löst. Schnell wird den Volunteering-Touristen die Exotik eh zu blöd,

dann treiben sie Hitze, Moskitos, endloser Monsun, fades Essen, Kriminalität und Korruption zurück in die sichere, funktionierende, bequeme Heimat. Adieu, Abenteurer, war nicht so gemeint.

Ernüchterung kommt schnell auf, denn die Erwartungen sind hoch. So eine Karenz hat gefälligst einer Erweckung nahekommen: neue Kraft schöpfen, Batterien aufladen, mental erfrischen, das Leben entschleunigen, der inneren Stimme folgen. Ach, die Welt der Sabbaticalisten gebiert wunderbar flockige Floskeln! „Ich bin bei meinem Sabbatical zu einer Reise in mein unbekanntes Ich aufgebrochen und habe mich am Ende, an der Spitze Afrikas, selbst gefunden“, sagte kürzlich ein 36-Jähriger in einem Magazin über seine Zeit in einem Nationalpark. So reden sonst ergriffene Sektenanhänger.

Sektenanhänger haben das Glück, ihrer Ersatzreligion verhaftet bleiben zu dürfen. Sabbaticalisten müssen irgendwann zurückkehren in den Alltag, und da hat sich höchstwahrscheinlich nichts geändert. Derselbe fordernde Chef, dieselben intriganten Kollegen, dieselbe nervige Schwiegermutter – außer dass jetzt alle neidisch sind auf den ach so erholten Rückkehrer, von dem sie nichts wissen wollen, weil sie ja schon alles mitgekriegt haben all die Monate via Instagram und Blog. So wie der Rückkehrer alles aus dem heimischen Alltag erfährt, via Facebook und Whatsapp als Bewegungsmelder.

Vermutlich hatte es ein Odysseus damals doch leichter. Da war mehr Wums, da musste man sich sein früheres Dasein unter Strapazen freischaufeln. Vielleicht steckt darin das wahre Geheimnis der Erholung.

Freiheit ohne Skript

Ein Sabbatical kann sich nicht jeder leisten. Man braucht die nötigen Mittel – und den Mut, sich auf Ungeplantes einzulassen

Die SPD diskutiert über ein „Grundeinkommensjahr“, ein Sabbatical für alle mit 1000 Euro im Monat. Für jedes Jahr Arbeit erwerben Beschäftigte einen Monat, nach zwölf Jahren hätten sie also ein Jahr frei. Jürgen Weibler ist Professor für Betriebswirtschaftslehre mit Schwerpunkt Personalpolitik. Der Vorschlag ist vermutlich als eine Antwort auf die fortschreitende Verdichtung der Arbeitswelt gedacht. Das sollte allerdings nicht davon abhalten, Belastungen durch eine kluge Verbindung mit Erholungsphasen im alltäglichen Geschäft auszubalancieren. Nicht umsonst setzen Spitzenteams im Fußball auf die Rotation, weil die Kräftezehrerung und Verletzungsanfälligkeit bei immer

SZ: Ist ein Grundeinkommensjahr, wie es SPD-Generalsekretär Lars Klingbeil vorschlägt, aus Ihrer Sicht sinnvoll?

Jürgen Weibler: Komplexe Materie. Staat trifft Personalpolitik. Der Vorschlag ist vermutlich als eine Antwort auf die fortschreitende Verdichtung der Arbeitswelt gedacht. Das sollte allerdings nicht davon abhalten, Belastungen durch eine kluge Verbindung mit Erholungsphasen im alltäglichen Geschäft auszubalancieren. Nicht umsonst setzen Spitzenteams im Fußball auf die Rotation, weil die Kräftezehrerung und Verletzungsanfälligkeit bei immer

mehr Einsätzen zu groß wären. Dazu müssten sie aber auch den Kader verbreitern – oder demnächst Roboter spielen lassen.

Laut Umfragen wünschen sich zwei Drittel der Bundesbürger ein Sabbatical, unter jungen Menschen sind es noch mehr.

Es stimmt, dass das Sabbatical immer stärker ins Bewusstsein von Unternehmen und Arbeitnehmern rückt. Das Thema Work-Life-Balance ist beim Personalmarketing und bei der Mitarbeiter-Rekrutierung wichtig. Wir dürfen aber nicht vergessen, dass es beim Sabbatical meist um Menschen im Management oder in anderen verantwortungsvollen Positionen geht. Wir reden nicht über Leute, die einen harten Job am Band oder im Lager machen. Denn ein Sabbatical muss man sich erst mal leisten können. Bei einem Durchschnittsgehalt ist es normalerweise gar nicht möglich, mal eben drei bis sechs Monate ohne Einkünfte den gewohnten Rhythmus zu verlassen. **Trotzdem heißt es immer, dass alle von einem Sabbatical profitieren. Wer hat mehr davon: Firma oder Arbeitnehmer?**



Jürgen Weibler
FOTO: FERNUNI HAGEN

Der Arbeitnehmer profitiert mehr. Denn der Gewinn, den er einfährt, ist ziemlich sicher. Für das Unternehmen ist ungewiss, was es einfährt. Zwar wächst in der Regel die Zufriedenheit der Mitarbeiter, die Bindungsneigung steigt, auch eine gewisse Dankbarkeit ist zu verspüren. Auf der anderen Seite muss das Unternehmen für einen Ausgleich sorgen. Es kann nur eine begrenzte Anzahl von Personen ein Sabbatical nehmen. Denn diese Personen müssen

er ersetzt werden. Der schlechteste Ersatz ist immer, wenn die Kollegen die Arbeit mitmachen müssen. Doch das ist häufig der Fall, und das führt zu Spannungen. **Es gibt Firmen, die ausdrücklich Sabbaticals anbieten. Ist das eine gute Idee?** Man muss genau schauen, was die Unternehmen da anbieten. Der Begriff Sabbatical wird inflationär verwendet. Wenn man mal eine Auszeit von vier Wochen nimmt, ist das noch kein Sabbatical. Im Hochschulbereich dauerte ein Sabbatical ursprünglich ja ein Semester, also sechs Monate. Geist und Körper benötigen Zeit, sich vom Gewohnten zu befreien. **Manche Unternehmen schicken ihre Mitarbeiter sogar in fertig geplante Sabbaticals an. Eine Beratungsfirma entleiht sie beispielsweise an das UN-Welternährungsprogramm. Was halten Sie davon?** Es ist sicher gut, wenn man mal aus dem engen Unternehmenskontext hinaus in Bereiche geht, die einem sonst verschlossen bleiben. Den Begriff Sabbatical finde ich hier aber nicht passend. Denn so eine Vereinbarung ist ja etwas Vorgefertigtes. Das

Finden des eigenen Weges, die eigene Planung und Auseinandersetzung mit einer Zeit, die es auszufüllen gilt – all das fällt weg. Der Kern des Sabbaticals ist die Selbstbestimmtheit. Ich würde sogar sagen: Die Bedingung, dass ein Sabbatical zum Erfolg wird, ist Selbstbestimmtheit. **Und wann geht ein Sabbatical schief?** In unserer kleinen Studie gab es kein Beispiel für ein misslungenes Sabbatical. Allerdings gab es einen etwas anders gelagerten Fall, in dem während des Sabbaticals eine berufsbezogene Weiterbildung absolviert wurde. Ich begrüße natürlich die Weiterbildung, aber wenn man die Auszeit nutzt, um in einem vorgefertigten Takt eine vorgefertigte Aufgabe zu erledigen, vielleicht noch verbunden mit Prüfungsstress, dann fehlt natürlich die ursprüngliche Funktion eines Sabbaticals: auf sich selbst zurückgeworfen zu sein, einmal nicht instrumentell zu denken, etwas Neues entstehen zu lassen, was vielleicht gar nicht beabsichtigt war. Und für die Erholung ist das offensichtlich auch nicht geeignet.