



«Es ist wichtig, dass man seine Trümpfe kennt»

Für scheue, zurückhaltende Arbeitnehmende ist das Lohngespräch eine besondere Herausforderung. Franziska Bischof-Jäggi, pädagogische Psychologin, Geschäftsführerin der Powermanagement GmbH in Zug und Buchautorin, beantwortet die wichtigsten Fragen dazu und gibt praktikable Tipps.

Frau Bischof-Jäggi, manchen Menschen fällt es sehr schwer, mehr Lohn zu verlangen. Warum?

Verhandlung will gelernt sein! Ich vergleiche das Verhandeln über Lohn gerne mit Gamen. Man achtet auf alle nonverbalen und verbalen Zeichen des Gegenübers und jede Partei ist froh, wenn die andere zuerst eine Zahl nennt. So weiss man, ob man stark drüber oder drunter gehen muss – je nachdem, auf welcher Seite man sitzt. Tendenziell gehen – ohne generalisieren zu wollen – jüngere Personen selbstbewusster an Lohnverhandlungen heran. Mittlere und ältere Personen hingegen sind eher geprägt von der Schweizerischen Tugend der Bescheidenheit. Ich höre noch immer oft von Menschen, dass sie die Erwartung haben, der Chef oder die Chefin merke dann schon, wenn gut gearbeitet wurde, und komme von sich aus mit dem Angebot einer Lohnerhöhung.

Können sich schüchterne Menschen irgendwie auf das Lohngespräch vorbereiten?

Jede Person, ob schüchtern oder nicht, sollte sich seriös auf ein bevorstehendes Lohngespräch vorbereiten, denn Personalverantwortliche und langjährige Vorgesetzte sind sich solche Gespräche gewohnt. Sie wissen daher kleinste Augenbewegungen oder Zögerungen zu deuten. Um sein Verhandlungsgeschick zu trainieren, kann der Partner oder ein Kollege für ein Rollenspiel herhalten. Das gibt einem die Möglichkeit, beispielsweise eine Gesprächseröffnung so lange zu üben, bis das souverän überkommt. Und wenn es in der Situation dann doch schwierig wird, ist es immer noch viel gescheiter, die eigene Unsicherheit anzusprechen, als sie überspielen zu wollen, denn Authentizität wirkt definitiv überzeugender.

Und während des Gesprächs: Was raten Sie introvertierten Menschen?

Introvertierte Personen setzen sich nicht gerne ins Zentrum. In einer Lohnverhandlung muss das aber sein – es geht nicht anders! Bei Unsicherheit neigen viele Personen dazu, dass ihre Stimmlage höher wird. Hohe Stimmen sind allerdings wenig überzeugend. Es ist deshalb ganz wichtig, die Körperhaltung so zu trainieren, dass die Schultern und die Stimme entspannt unten bleiben. Man muss sich bewusst sein, dass auch das Gegenüber ein Player ist, der sein Möglichstes

Sponsored



Dieser Beitrag wurde von Commercial Publishing Tamedia in Zusammenarbeit mit jobs.ch erstellt.

ausloten will. Deshalb ist es wichtig, seine Trümpfe zu kennen, zu wissen, wie man sie ausspielt. Und um die Analogie zum Spiel nochmals zu bringen: Auch mit mittelmässigen Karten/Voraussetzungen kann man oft gewinnen. Dazu braucht es aber eben Übung und ein wirklich gutes Auftreten.

Wenn es dann doch nicht klappt mit mehr Lohn, wie soll man damit umgehen?

Wenn die eigenen Erwartungen tatsächlich übertroffen sind, muss man sich wohl oder übel mit der Realität konfrontieren oder sein Glück andernorts suchen gehen. Ist man allerdings überzeugt, dass eine Lohnanpassung gerechtfertigt wäre, so hilft es, sachlich zu bleiben, dem Gegenüber zu danken, dass das Thema offen besprochen werden konnte, und nachzufragen, wann der nächstmögliche Zeitpunkt sei, um das Thema wieder auf den Tisch zu bringen. Freundliche, sachlich begründete Hartnäckigkeit zahlt sich aus!

Haben Sie noch weitere Tipps?

Das Sprichwort «Bescheidenheit ist eine Zier, doch weiter kommt man ohne ihr» trifft in Bezug auf Lohnverhandlungen den Nagel perfekt auf den Kopf. Es geht nicht darum, zu bluffen. Es geht um Souveränität, um Authentizität, um Klarheit und Selbstbewusstsein. Das alles sind Dinge, die man lernen kann – in Gesprächen unter Freunden, in Verantwortungen in der Freizeit, etwa in einem Verein oder Vorstand oder mit der temporären Hilfe einer Fachperson.

Damit du deinen Lohn besser einschätzen kannst und für zukünftige Lohnverhandlungen gerüstet bist, gibt es auf [jobs.ch](https://jobs.ch/lohn) den Lohncheck: jobs.ch/lohn
So kannst du vergleichen, ob du den Lohn bekommst, den du wirklich verdienst.

Jetzt Lohn eintragen!

