

Gekündigt – und jetzt?

Mal trifft es Einzelne, mal Hunderte. Infolge der Corona-Krise verlieren immer mehr Touristiker ihren Job. **Tipps für Betroffene.**

EVELYN SANDER

Die Streichliste wird immer länger: 60 Reisebüros von TUI Deutschland, 25 Prozent beim Portalbetreiber Booking.com, 100 Mitarbeiter bei Holidaycheck, 11.000 Stellen bei Lufthansa in Deutschland, 100 Arbeitsplätze beim Direktveranstalter Berge & Meer – plus die Kolleginnen und Kollegen bei FTI, DER Touristik und in Reisebüros.

„Der Arbeitsmarkt steht wegen der Corona-Pandemie unter Druck,“ sagt Daniel Terzenbach von der Bundesagentur für Arbeit (BA). Trotzdem gibt er sich optimistisch. Aktuell scheint der coronabedingte Anstieg bei der Arbeitslosigkeit gestoppt zu sein. So stieg die Arbeitslosenzahl im Juli nur leicht auf 2,91 Mio. Das entspricht einer Arbeitslosenquote von 6,3 Prozent. Im Vergleich zum Vorjahresmonat ist das ein Plus von 1,3 Prozentpunkten. „Der massive Einsatz von Kurzarbeit hat stärkere Anstiege der Arbeitslosigkeit verhindert“, sagt Terzenbach.

IN DER TOURISTIKBRANCHE sieht die Situation anders aus (siehe Titelgeschichte S. 12). Hier geht es um massive Kosteneinsparungen, und die sind vor allem über Personalabbau zu erzielen. Noch bis zur Krise wurden Fachkräfte umschmeichelt. Damit ist es vorerst vorbei. „Für die meisten ist die Kündigung ein Schock“, weiß denn auch Coach Kirsten Gahlen. Trotzdem gilt es, einen kühlen Kopf zu bewahren. Denn nach einer Kündigung heißt es, arbeitslos melden, Zeugnis anfordern, Lebenslauf aktualisieren. Und auch wenn es schwer fällt: „Wer bis zum Ende der Kündigungsfrist ins Büro muss, sollte Emotionen zurückstellen, Aufgaben professionell erledigen und die verbleibende Zeit für sein Netzwerk nutzen“, betont Carsten Schaefer vom Korn-Ferry-Institut.



ISTOCK

Meldefristen und Arbeitslosengeld

Melden Sie sich umgehend bei Ihrem zuständigen Arbeitsamt, rät der Deutsche Gewerkschaftsbund (DGB). Arbeitsagenturen und Jobcenter sind zurzeit in der Regel nur online und telefonisch erreichbar. Anträge auf Arbeitslosengeld können auch online gestellt werden (arbeitsagentur.de). Entscheidend ist, dass Sie die Fristen einhalten: Nach der Kündigung müssen Sie sich **innerhalb von drei Tagen** arbeitslos melden. Sie sollten grundsätzlich „erwerbsfähig“ sein und in den vergangenen 30 Monaten vor der Arbeitslosigkeit mindestens zwölf Monate lang versicherungspflichtig gearbeitet haben. Ist diese Anwartschaftszeit erfüllt, erhalten Sie mindestens sechs Monate Arbeitslosengeld.

Die Höhe des Arbeitslosengeldes richtet sich nach dem Nettogehalt. In der Regel erhalten Arbeitslose 60 Prozent ihres Nettoeinkommens. Menschen mit Kindern erhalten 67 Prozent. Im **Fall von Kurzarbeit** wird das Arbeitslosengeld nach dem Gehalt berechnet, was ohne den Arbeitsausfall erzielt worden wäre. Um eine schnelle Orientierung zum Anspruch, zur Höhe des Arbeitslosengeldes und Dauer des Anspruchs zu bekommen, stellt die Bundesagentur für Arbeit (BA) online einen Rechner zur Verfügung.

Damit eine Kündigung rechtmäßig ist, muss sie jedoch sozial gerechtfertigt sein, so die Gewerkschaft. Dafür braucht es sachliche Gründe; „wegen Corona“ reicht nicht. Daher sollten Sie die Kündigung in jedem Fall **rechtlich überprüfen** lassen, so der DGB. Wichtig: Eine Klage gegen die Kündigung muss innerhalb von drei Wochen beim Arbeitsgericht eingehen.

Arbeitszeugnis und Lebenslauf

Achten Sie auf ein Arbeitszeugnis, das Erfolg klar ausweist, rät Berater Carsten Schaefer vom Korn-Ferry-Institut. Viele **qualifizierte Arbeitszeugnisse** erfüllen nur die Mindestanforderungen: Sie beschreiben Aufgaben und bewerten wohlwollend die Arbeitsleistung. „Um Ihr Arbeitszeugnis wertvoller zu machen, setzen Sie sich gemeinsam mit Ihren Vorgesetzten und der Personalabteilung hin und bitten Sie darum, auch Ihre wichtigsten Erfolge aufzuführen“, sagt Schaefer. Das könne die erfolgreiche Einführung eines neuen IT-Systems oder das Erreichen von fünf neuen Zielgruppen durch eine innovative Marketing-Kampagne sein. Sehr hilfreich seien auch persönliche Empfehlungsschreiben von Führungskräften, die nicht Bewerter im Arbeitszeugnis sind.

Zudem sollte der **Lebenslauf** aktuellen Standards angepasst werden, rät Schaefer. Seine Tipps: Stellen Sie auch hier Ihre Erfolge in den Vordergrund, nicht nur Ihre Aufgaben. Verzichten Sie auf zu viele Details – der Lebenslauf sollte maximal drei Seiten umfassen. Passen Sie die Inhalte spezifisch einer möglichen Position, Unternehmung und derjenigen Person an, bei der Sie sich bewerben. Versetzen Sie sich in deren Perspektive: Was muss sie von Ihnen wissen, um Interesse an einem Gespräch mit Ihnen zu entwickeln. „Aber“, sagt Schaefer, „verlassen Sie sich nicht zu sehr auf Ihren Lebenslauf!“ Er sei ein wichtiger Baustein vor einem Bewerbungsgespräch. Nicht mehr, nicht weniger. In dieser Situation sei vor allem Direktvertrieb in eigener Sache gefragt: „Rufen Sie an, nutzen Sie Ihre Netzwerke!“

Kündigung und Aufhebungsvertrag

Was ist der Unterschied zwischen Kündigung und Aufhebungsvertrag? Während eine Kündigung ein Arbeitsverhältnis einseitig beendet, geschieht dies bei einem Aufhebungsvertrag einvernehmlich. Das klingt zunächst netter, und viele Arbeitnehmer glauben, dass ein Aufhebungsvertrag besser ist als eine Kündigung, weil sie dann im Bewerbungsgespräch nicht offenlegen müssen, dass ihnen gekündigt wurde. „Glauben Sie das nie“, warnt Anwalt Hubert Menken von Arbeitsrecht-Online. Für Mitarbeiter habe so ein Vertrag in der Regel **eher Nachteile**. So führt ein Aufhebungsvertrag in den allermeisten Fällen zu einer Sperrzeit von mindestens zwölf Wochen beim Arbeitslosengeld. Grundsätzlich müssen bei einem Aufhebungsvertrag die Voraussetzungen einer Kündigung nicht vorliegen, es gelten weder Kündigungsfristen noch Kündigungsschutz. Auch der Betriebsrat bleibt in diesem Fall außen vor. Lassen Sie sich vom Arbeitgeber nicht überrumpeln: Aufhebungsverträge sind nämlich auch wirksam, wenn dem Mitarbeiter vor der Unterzeichnung keine Bedenkzeit eingeräumt wird. Einmal unterschrieben, kann der Vertrag nicht mehr widerrufen werden. Für Arbeitnehmer lohnt sich ein Aufhebungsvertrag normalerweise nur, wenn sie schon eine neue Stelle haben und es schneller als mit einer Kündigung gehen soll.





PRIVAT

Interview mit
Kirsten Gahlen
Trainerin und Coach
Positive Personalentwicklung

„Wir müssen raus aus der Negativ-Spirale“

fvw Viele Touristikunternehmen kämpfen aktuell ums Überleben. Da kann man doch nur noch verzweifeln, oder?

Kirsten Gahlen: Kann man, muss man aber nicht. Natürlich kann ich verstehen, wenn jemand in der Krise Angst um den Job oder sein Unternehmen hat. Dazu kommt ja auch noch viel negativer Input von außen. Von allen Seiten werden wir noch nervöser gemacht. Aber: Wir können zwar die Realität nicht ändern, müssen aber unsere Reaktion darauf kontrollieren. Die Wissenschaft der Positiven Psychologie belegt, dass wir tatsächlich unseres Glückes Schmied sind.

Wie denn das?

Gerade in der Krise sehen wir: Je mehr negative Nachrichten ich lese, desto größer ist meine Angst und desto schlechter geht es mir persönlich. Ich stecke in der passiven Opferrolle fest, die mich wie bei einer Spirale immer weiter nach unten zieht. Wir müssen uns bewusst machen, dass das, womit wir uns beschäftigen, Spuren hinterlässt. Wenn ich mich lang und breit mit einem Problem befasse, wird es viel größer als es in Wirklichkeit ist. Stattdessen sollten wir unser Leben selbstwirksam in die Hand nehmen und den Blick auf das Positive schulen.

Wie bekomme ich einen anderen Blick?

Damit ich positiver durch den Alltag gehe, hilft eine ganz simple Dankbarkeitsübung: Jeden Abend notiere ich mir drei Dinge, die an diesem Tag schön waren. So werden mir die positiven Seiten des Lebens wie-

der bewusster. Grundsätzlich würde ich den Medienkonsum beschränken, vielleicht auf eine halbe Stunde, damit ich nicht den ganzen Tag mit negativen Schlagzeilen zu tun habe.

Und wenn ich gerade meinen Job verloren habe?

Dass ich erst mal Angst vor der Zukunft habe, ist ganz normal. Wenn ich lange in der Firma war, bricht durch die Kündigung vielleicht eine Welt zusammen. Aber wenn ich jetzt nur noch in Selbstmitleid zerfließe und mich total unter Druck setze, ganz schnell etwas Neues zu finden, verengt sich mein Fokus. Diese Angst führt zu Blockaden, und am Ende sehe ich dann den Wald vor lauter Bäumen nicht. Das Problem ist, dass ich die Chancen, die sich rechts und links auftun, so gar nicht wahrnehmen kann. Wir müssen positive Emotionen fördern, damit wir zu Gestaltern der Krise und nicht zu passiven Opfern werden. Wer positiv denkt, ist aktiver und nachweislich gesünder.

Wie kann ich die Blockaden lösen?

Die aktuelle Krise tritt uns buchstäblich in den Hintern. Jeder sollte die gewonnene Zeit nutzen, um einen

Schritt zurück zu gehen und sich Prioritäten für sein Leben zu setzen. Dabei hilft eine Übung: Ich stelle mir vor, wie ich in ein, zwei Jahren auf die Krise heute zurückblicke und mich frage: Wie habe ich die Krise für mich genutzt, wie habe ich sie erfolgreich gemeistert? Vielleicht hatte ich nur mal Zeit für mich, vielleicht habe ich mich weitergebildet, mich selbstständig gemacht oder die Branche gewechselt. Eine Krise bietet die einzigartige Möglichkeit, in unserem schnelllebigen Alltag mal zur Ruhe zu kommen.

Leichter gesagt als getan ...

Das ist nicht so einfach, ich weiß. Schließlich geht es ja besonders im Job immer nur darum, schneller und noch besser zu werden. In der Krise praseln dann noch neue Themen wie Jobängste, digitale Tools und Umstrukturierungen auf uns ein. Wir müssen lernen, uns selbst zu beruhigen und den Kopf freizubekommen.

Wie schaffe ich das?

Ich empfehle Meditation, um die Gedanken zu beruhigen. Mittlerweile gibt es kostenfreie Apps, die Anfängern gut helfen. Es reicht, wenn man mit fünf Minuten anfängt. Wenn ich meditiere, fühle ich mich im Hier und Jetzt. Ich trauere nicht der tollen Vergangenheit hinterher oder mache mich verrückt, dass ich künftig keinen Job mehr finde. Ziel ist es, dass wir uns dieser quälenden Gedanken bewusst werden und sie loslassen.

Und wer nicht stillsitzen kann?

Der macht einfach Sport oder geht raus in die Natur. Auch so kann man den Kopf wunderbar freikriegen. **fvw**

