

# „Schwächen machen sympathisch“

**Trainer Tom Schmitt** erklärt, warum Persönlichkeit für Erfolg im Job so wichtig ist – und wie man sein Image aufpoliert

BENEDIKT S. SCHEPER

„Nicht nur im privaten Bereich, auch bei der Kommunikation im Job zählt heute außer Fachkompetenz zunehmend die persönliche Wirkung. Warum es für den Umgang mit anderen wichtig ist, sich klarzumachen, wer man ist und was man will, erklärt Persönlichkeitstrainer Tom Schmitt.“

*Abendblatt: Welche Bedeutung hat der persönliche Auftritt für den Erfolg?*

**Tom Schmitt:** Der persönliche Auftritt spielt mittlerweile sowohl privat als auch beruflich eine ganz entscheidende

Rolle. Einerseits können wir mit ihm Glaubwürdigkeit in unserem Sachgebiet untermauern. Andererseits sagt er dem Gegenüber sehr viel über unseren Status, also das Machtverhältnis zwischen Menschen aufgrund der Persönlichkeit. Beides bedingt unseren Erfolg bei Gesprächen maßgeblich.

*Wie natürlich darf man sich denn im Berufsleben verhalten?*

**Schmitt:** Zunächst ist es wichtig zu erkennen, dass wir uns in den unterschiedlichen Lebensrollen unterschiedlich verhalten. Wir kleiden uns ja beispielsweise im Beruf anders als privat und können trotzdem in beiden Rollen authentisch sein. In dem Moment, in dem ich das, was ich tue, als Rolle verstehe, kann ich diese Rolle bewusst gestalten. Dabei ist eine gute Selbstwahrnehmung wichtig, um anschließend das eigene Verhalten gegenüber Kollegen zu verbessern. Denn insbesondere in der Arbeitswelt ist der persönliche Kontakt entscheidend, funktioniert nur, wenn man seine Persönlichkeit zeigt – die sollte daher möglichst interessant und sympathisch sein.

*Ist das Spielen von Rollen nicht verlogen?*

**Schmitt:** Nein, denn wir können durchaus in den Rollen authentisch sein, und

nur wenn uns die anderen auch als authentische Person erkennen, wirkt das, was wir sagen, glaubwürdig.

*Welche Möglichkeiten gibt es denn, um sein Image aufzupolieren?*

**Schmitt:** Wichtig ist zunächst, dass man seine Selbstwahrnehmung schult und seinen Status erkennt. Man kann mit Mantras, wie zum Beispiel „Ich weiß, was ich kann“, daran arbeiten, sich im Status nach oben zu bewegen. Ist man sich seiner Fähigkeiten bewusst, kann man Vorstellungen besser vertreten und wirkt sicherer im Umgang mit anderen. Besonders in Stresssituationen verfolgt man innerlich klar und entschieden effizienter seine Ziele.

*Kann man mit dem bewussten Feilen an seinem Persönlichkeitsprofil wirklich erfolgreicher werden?*

**Schmitt:** Natürlich. Denn eine verbesserte Außenwahrnehmung macht selbstsicher und erfolgreich. Aber es bedeutet auch immer Arbeit: Nach der Selbstanalyse muss man beharrlich an sich arbeiten und die gesteckten Ziele fokussieren. Demut gehört aber auch dazu: Man muss den aktuellen Ist-Zustand akzeptieren. Ohne diese Einsicht hält man Spannungen auf dem Weg zum Erfolg nicht stand.

*Aber es kommt doch bestimmt auch mal vor, dass Arbeitskollegen einem eine neu erlernte Selbstdarstellung übel oder gar nicht abnehmen?*

**Schmitt:** Natürlich gibt es Widerstände beim Neupositionieren, aber in der Regel sind die Kollegen dankbar, weil sie die deutlichen Ansagen bekommen, die sie brauchen. Durch Grenzen und eindeutige Positionen werden Arbeitsbeziehungen, ähnlich wie beim Mutter-Kind-Verhältnis, klarer.

*Was ist aber nun richtig entscheidend für einen charismatischen und erfolgreichen Auftritt?*

**Schmitt:** Innere Entschiedenheit und die Fähigkeit, gleichzeitig sehr sympathisch rüberzukommen, sind die Erfolgsgeheimnisse. Weiß man zusätzlich, in welcher Situation man eher durchsetzungsstark oder einfühlsam reagieren sollte, kann man sie perfekt nutzen.

*Darf man in Geschäftsverhandlungen eigentlich auch einmal persönliche Schwächen zeigen?*

**Schmitt:** Ja, durchaus. Gerade das Zeigen von Schwächen macht ja menschlich. Wenn ich sie charmant zeige, senke ich meinen Status und wirke dadurch sympathisch auf andere. Das ist eine Art mentale Friedenspfeife, denn wie in der Werbung ist uns derjenige sympathisch, der bei Schokolade auch mal schwach wird. Schließlich erkennen wir darin auch eigene Schwächen wieder.

*Bestimmt haben Sie auch an Ihrem eigenen Profil gearbeitet. Was haben Sie daran optimiert?*

**Schmitt:** Ich war früher ein typischer Tief-Status-Typ, dem es in Stresssituationen wichtig war, gemocht zu werden. Dadurch konnte ich aber meine Kompetenz nicht richtig zum Ausdruck bringen. Verändert habe ich es, indem ich meine Durchsetzungsfähigkeit und mein Selbstbewusstsein gezielt trainiert habe. Nur so kann man vor Gruppen seine Persönlichkeit souverän und authentisch zeigen.



**Tom Schmitt: Wer sich seines Könnens bewusst ist, macht Eindruck.** Foto: privat

## Der Trainer und sein Seminar

**Tom Schmitt, 57,** hat Sozialpädagogik studiert und eine Schauspiel- und Regieausbildung absolviert. Der Kommunikationsexperte bietet Seminare, Trainings und Coachings für Gruppen und Unternehmen an. Sein Motto, getreu Erich Kästner: Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.

[www.committ-training.de](http://www.committ-training.de)



**Der Status-Faktor – Wie Sie zum Gewinner werden** heißt Tom Schmitts Seminar, das in der Reihe „Weiterkommen“, einer Kooperation von Abendblatt und Institut für Weiterbildung am

12. und 13. Februar (10–17 Uhr) stattfindet. Die Teilnehmer lernen, wie sie ihre Interessen mit einem sympathischen Auftritt durchsetzen können. Kosten: 170 Euro. Anmeldung: Tel. 040/428 38 63 04 und per E-Mail an [Rafael.Sybis@wiso.uni-hamburg.de](mailto:Rafael.Sybis@wiso.uni-hamburg.de)

[www.wiso.uni-hamburg.de/weiterbildung](http://www.wiso.uni-hamburg.de/weiterbildung)