

Checkliste zur Vorbereitung einer Gehaltsverhandlung

von Mag. Ursula Kraemer – www.selbstbewusst-werden.info

Nimm dir ausreichend Zeit, um dich auf die Gehaltsverhandlung vorzubereiten. Das Wichtigste dabei ist, sich klar zu werden, warum aus deiner Sicht ein Gehaltsplus gerechtfertigt ist. Darüber geben dir deine Antworten auf die untenstehenden Fragen Aufschluss. Diese Klarheit stärkt dein Selbstbewusstsein, was in Sprache und Körpersprache zum Ausdruck kommt.

Was hat sich seit deinem letzten Gehaltsgespräch verändert?

- Ich habe Aufgaben neu übernommen.
- Ich leite Auszubildende an.
- Ich führe Mitarbeiter.
- Ich habe eine Weiterbildung absolviert, die ich im Unternehmen einbringen kann.
- Ich habe einen besonderen Abschluss erzielt.
- Ich löse neue Probleme.
- Ich habe Aufträge an Land gezogen.
- Ich habe mehr Verantwortung übernommen.
- Meine Arbeitszeiten haben sich erweitert.
- Ich habe zu Einsparungen verholfen.
- Ich habe betriebliche Abläufe verbessert.
- Ich habe positives Feedback zu meiner Arbeit bekommen.

Deine Antworten:

Was verdienst du heute? (alles zusammenrechnen, auch Boni, Zuschüsse)

.....

Welchen Marktwert habe hast du? (überprüfen, z.B. über www.stepstone.de oder www.gehaltsvergleich.de)

.....

(Wenn du keine Vergleichsmöglichkeiten findest, helfen Testbewerbungen)

Welchen Betrag möchtest du netto mehr verdienen? (5-10% sind üblich)

.....

©Ursula Kraemer M.A.

Abdruck und Verwendung nur mit schriftlicher Genehmigung der Autorin.

<http://www.selbstbewusst-werden.info> und www.navigo-coaching.de

Kontakt: uk@navigo-coaching.de

Welche Alternativen zur monetären Gehaltserhöhung könntest du vorschlagen:

- Zuschuss zu Fahrkosten, Essen, Arbeitskleidung
- Firmenauto
- Weiterbildung
- Einrichtung eines Homeoffice-Platzes
- Firmenhandy
- Parkplatz
- Verringerung der Arbeitszeit
-

Deine Verhandlungsstrategie (Schreib dir alle Punkte auf, dann hast du sie auch im Gespräch präsent)

- Welches sind meine stärksten Argumente? (Diese als erstes einführen)
- Auf welche Gegenargumente sollte ich gefasst sein?
- Was mache ich bei Ausweichmanövern?
- Wie sieht mich mein Chef?
- Was muss aus seiner Sicht passieren, damit ich eine Gehaltserhöhung bekomme?
- Wann gibt es einen Termin für ein erneutes Gehaltsgespräch?

Mein Ergebnis:

Welche Erfahrungen habe ich gemacht? Was lerne ich daraus?



Als junges Mädchen hatte ich an meiner Mutter erlebt, wie sehr das fehlende eigene Einkommen abhängig macht und verhindert, ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Ich hatte mir damals geschworen, immer meine eigenen Brötchen verdienen zu wollen, um stets Entscheidungen treffen zu können, die ich für richtig hielt

Ich möchte auch dich darin unterstützen, das Beste aus deinem beruflichen Leben zu machen, deine Chancen zu erkennen und zu ergreifen und persönlich zu wachsen, so wie ich schon viele Seminarteilnehmerinnen und Coachingklientinnen begleitet habe. In mehr als 30 Jahren Berufstätigkeit konnte ich tausende Menschen darin unterstützen, sich persönlich weiterzuentwickeln, ihren beruflichen Weg und ihre persönliche Zufriedenheit zu finden; dies nicht nur bundesweit, sondern auch in Österreich, in Liechtenstein und der Schweiz. Es war und ist mir eine große Freude zu erleben, wie Menschen aufblühen, wenn sie ihr Potenzial erkennen und bereit sind, Entscheidungen zu treffen und sich auf den Weg zu machen.

Ich bin auch Web- und Buchautorin. Das ist meine Webseite www.navigo-coaching.de und das ist mein Blog www.selbstbewusst-werden.info

Diese Bücher habe ich bisher veröffentlicht

- Erkenne deinen Selbstwert – 253 Übungen für mehr Selbstbewusstsein
- Aufbruch zu neuen Ufern – Gut vorbereitet in den Ruhestand
- Nimm dein Leben in die Hand
- **Selbstbewusst kommunizieren – Aus diesem Buch ist der Ausschnitt**
- Mehr Zeit – Arbeit organisieren, Stress mindern, Freizeit gewinnen
- Ich entscheide mich. Jetzt. Wie Sie zu guten Lösungen kommen
- Kein Jahr wie das andere. Leben wie ich es will. Ein Selbstcoachingbuch
- Aufbruch zu neuen Ufern - Gut vorbereitet in den Ruhestand
- Mein Brustkrebs heißt Hermann. Wie er die Räumungsklage erhielt und ich die Zuversicht nicht verlor. Gedanken fördern die Heilung
- Frauen gründen anders. Wie Interessenten zu Kunden werden und der Umsatz steigt

Herzlichst, Ursula

Du möchtest Kontakt? Dann schreib mir eine E-Mail oder hole dir einen kostenfreien Termin für ein [Erstgespräch](http://www.selbstbewusst-werden.info).