

[berlin.de](https://www.berlin.de)

Lob im Job: Anerkennung ist die beste Motivation

[Themen](#) » [Jobs & Ausbildung](#) » [Bewerbung & Arbeit](#) » [Karriere](#)

Viele Arbeitnehmer vermissen Lob am Arbeitsplatz. Nicht selten gilt es schon als Auszeichnung, wenn der Chef nicht schimpft. Dabei ist loben so einfach.



Du machst gute Arbeit - diesen Satz hören viele Angestellte selten bis nie. © dpa

Wenn Dana Nonnenmacher (Name geändert) ins Büro kommt, taucht sie in eine Zweiklassengesellschaft ein. Auf der einen Seite sind da die festangestellten Mitarbeiter der NGO- auf der anderen

die Freien Mitarbeiter. Für die Chefs zählen studentische Aushilfen wie Nonnenmacher kaum. Lob oder Anerkennung ernten andere. Auch Katharina Zöllner (Name geändert) fühlt sich in der PR-Agentur, für die sie arbeitet, oft nicht wohl. Es stehe und falle alles mit der Laune der Chefin, sagt sie. Wenn die schlecht drauf ist, ginge das kleine Team in «Duckhaltung». Überstunden würden von der jungen Mutter verlangt, aber nicht bezahlt. «Darunter leidet dann total die Motivation», sagt Zöllner.

Lob im Job: Nicht gemeckert ist oft schon Lob genug

So oder so ähnlich geht es täglich Hunderttausenden Angestellten. Oft sind sie schon froh, wenn keiner schimpft. Arbeitspläne erstellen, Verträge oder Events vorbereiten: Wenn es keine Rückmeldung zum Geleisteten gibt, ist das meist ein gutes Zeichen. Wenn aber doch das Telefon klingelt und der Chef dran ist, kann es unangenehm werden. In vielen Unternehmen fehlt es nicht an Kreativität, Know-how oder Fleiß- sondern an Anerkennung, sagen Experten.

Kein Lob im Job: Druck statt Anerkennung

Madeleine Leitner arbeitet als Karriereberaterin. In ihrem Beruf hat sie es nicht selten mit Vorgesetzten zu tun, die ihre Angestellten als reine Kostenfaktoren sehen. «Viele Führungskräfte haben wenig Ahnung davon, wie man mit Mitarbeitern umgeht», sagt sie. Statt Anerkennung bekämen Angestellte häufig nur Druck: «Wir sind ein Heer von Galeerensklaven. Und vorne schwingt einer die Peitsche.»

Folgen von mangelndem Lob

Der Druck führe aber keineswegs dazu, dass irgendwer schneller oder besser arbeitet, erzählt Motivationstrainer Dirk Schmidt. Im Gegenteil: «Die Mitarbeiter haben innerlich gekündigt». Von ihnen könne der Vorgesetzte in der Regel nur das Nötigste verlangen- auf keinen Fall aber Engagement oder freiwillige Überstunden. Ein höheres Gehalt und Boni könnten einen Angestellten zwar kurzfristig anspornen, nicht aber auf lange Sicht motivieren. Rund 60 Prozent der Arbeitnehmer gaben 2011 bei einer repräsentativen Umfrage des Bürodienstleisters Regus an, dass ihnen die Wertschätzung ihrer Leistung für die eigene Zufriedenheit im Job wichtig ist- kein Punkt erreichte mehr Zustimmung.

Lob im Job: Anerkennung unverzüglich aussprechen

Erster Schritt, um das zu erreichen: Loben! Als Chef sei es einfach, seinen Mitarbeitern ein gutes Gefühl zu geben, sagt Motivations-Experte Schmidt. Sie müssten den Kollegen nur darauf ansprechen, wenn seine Arbeitsleistung positiv aufgefallen ist. Wichtig sei auch, dass Vorgesetzte den Angestellten unverzüglich ihre Anerkennung aussprechen- und sich für das Lob ausreichend Zeit nehmen.

Anerkennung: Kollegen sollten auch untereinander loben

Wenn es nach Patrick Killmeyer geht, sollten aber nicht nur Vorgesetzte Anerkennung zeigen, sondern auch Kollegen untereinander. Der Österreicher hat das soziale Netzwerk «Kraftwerk Anerkennung» gegründet. Dort können sich Kollegen

oder gleich ganze Unternehmen anmelden, um sich online gegenseitig auf ihre Stärken aufmerksam zu machen.

Loben muss erst wieder erlernt werden

Aber warum sollen sich Kollegen gegenseitig Anerkennung im Internet aussprechen und nicht im Büro? «Im Alltag geht das unter», erklärt Killmeyer. Dort hätten alle viel zu tun. Außerdem sei die Wertschätzung in Betrieben so selten geworden, dass die Angestellten sie erst wieder erlernen müssten- im Netz bliebe ausreichend Zeit, am Lob zu pfeilen.



Quelle: dpa

Aktualisierung: Montag, 7. Oktober 2013 11:44 Uhr

Lassen Sie sich motivieren

Motivationstrainer Dirk Schmidt bietet Ihnen **gratis Motivationsmöglichkeiten** auf seiner Webseite www.dirkschmidt.com an.

Hier stellen wir Ihnen eine Auswahl seiner Angebot vor:



Dirk Schmidt's Motivationstreppe

10 Stufen zum Erfolg

Mithilfe der Motivationstreppe von Dirk Schmidt können auch Sie in 10 einfachen Schritten Ihre Ziele erreichen.

[Zum Download](#)



Dirk Schmidt's täglicher Motivationstipp

Holen Sie sich den täglichen Motivationstipp per E-Mail auf Ihr Handy oder Ihren Computer oder benutzen sie die iPhone-App, um den Motivationstipp zu empfangen.

[Zur Anmeldung](#)

[Zur iPhone-App](#)



Dirk Schmidt's Fragebögen

Wie steht es um Ihre Selbstmotivation?
Wie stark sind ihre mentalen Fähigkeiten?
Testen Sie es jetzt!

[Fragebogen zur Selbstmotivation](#)

[Fragebogen zur mentalen Stärke](#)

[Mehr gratis Motivation finden Sie hier!](#)