

## **Interview: Ulrike Bergmann spricht über die Kunst des Netzwerkens**

Ulrike Bergmann arbeitet als Coach und Beraterin im Raum München. Im Interview mit [perspektive-wiedereinstieg.de](http://perspektive-wiedereinstieg.de) spricht sie über Netzwerkarbeit als Instrument für einen Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt.

**perspektive-wiedereinstieg.de:** Wozu brauchen Menschen Netzwerke?

**Ulrike Bergmann:** Auch früher hatten Menschen Netzwerke, nämlich Freunde und Familie, Bekannte und Kollegen. Heute wird stattdessen meist von Netzwerken gesprochen. Doch im Grunde ist es das Gleiche: die Gesamtheit aller privaten und beruflichen Kontakte. Was sich geändert hat: Es gibt deutlich mehr organisierte Netzwerke zu allen möglichen Themen und Interessen; dazu kommt noch eine zunehmende Zahl von virtuellen Netzwerken. Da kann man schon mal den Überblick verlieren.

**perspektive-wiedereinstieg.de:** Netzwerken – was bedeutet das eigentlich?

**Ulrike Bergmann:** Früher nannte man es Beziehungspflege, manchmal auch „Vitamin B“ oder Seilschaften. Da diese Begriffe schon lange einen Beigeschmack haben, wird heute vielfach der englische Begriff „Networking“ verwendet oder ins Deutsche übertragen von „Netzwerken“ gesprochen. Damit verbunden sind viele Aspekte, wie: Wo finde ich die Menschen, die am besten zu mir passen? Mit wem habe ich die meisten Anknüpfungspunkte? Wer kann mir beruflich weiter helfen?

**perspektive-wiedereinstieg.de:** Netzwerken kann das jeder?

**Ulrike Bergmann:** Im Grunde ja, denn Menschen sind auf soziale Kontakte angewiesen, um zu überleben. Wie die einzelne Person dies macht, ist individuell verschieden. Es gibt solche, die sehr kontaktfreudig sind und leicht auf andere zugehen; andere wiederum brauchen eine Anlaufzeit, ehe sie mit Menschen warm werden, sind dafür jedoch meist sehr verlässlich und treu. Für die einen ist es einfacher im persönlichen Kontakt, für andere ist die virtuelle Form die beste Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen und vor allem auch zu pflegen. Das hängt vom jeweiligen Typ ab. Hier ist es wichtig, sich nicht zu verbiegen, sondern zur persönlichen Note zu stehen.

**perspektive-wiedereinstieg.de:** Welche Eigenschaften muss jemand, der Netzwerken will, mitbringen?

**Ulrike Bergmann:** Wichtig sind eine gewisse Kontaktfreude und die Bereitschaft, auf andere Menschen zuzugehen. Das kann auf unterschiedliche Weise geschehen. Dazu kommen noch Interesse an Menschen, Neugier, Offenheit und vernetztes Denken. Letzteres bedeutet, dass ich in Verknüpfungen denke: Wer passt zu wem? Wen kann ich mit meinen Verbindungen unterstützen? Was habe ich, was andern nützt? Das ist übrigens ein Punkt, mit dem sich Frauen, die längere Zeit nicht berufstätig waren, oft schwer tun.

**perspektive-wiedereinstieg.de:** Kann man diese Eigenschaften erlernen?

**Ulrike Bergmann:** All diese Fähigkeiten und Vorgehensweisen lassen sich erlernen. Dafür gibt es zahlreiche Bücher und auch bundesweit immer wieder Vorträge und Seminare. Diese sind bei der Volkshochschule ebenso zu finden wie an der Industrie- und Handelskammer und anderen Institutionen. Die findet man leicht durch Internetsuchmaschinen.

**perspektive-wiedereinstieg.de:** Frauen, die lange aus dem Job ausgestiegen sind, verfügen ja selten über ausgedehnte berufliche Netzwerke. Was können sie tun, um das zu ändern?

**Ulrike Bergmann:** Frauen unterschätzen meist, wie viele Menschen sie bereits kennen und wissen oft nicht, mit wem diese Personen wiederum verbunden sind. Am besten machen Sie einmal eine Aufstellung aller Menschen, die Sie kennen. Sie werden überrascht und erstaunt sein, wen Sie alles kennen.

Ein zweiter Schritt ist, aktiv hinaus zu gehen und Kontakte zu knüpfen. Es gibt inzwischen sehr viele Frauennetzwerke, in denen Sie auch Unterstützung in beruflichen Fragen bekommen. Als

Beispiele möchte ich hier einige bundesweit vertretene Netzwerke nennen: BPW , Connecta, BFBM . Dazu kommen noch viele regionale Netzwerke. Eine gute Übersicht bietet die Seite [www.networkingscout.de](http://www.networkingscout.de) . Hier kann man nach unterschiedlichen Kriterien recherchieren.

Links:

Business and Professional Women - Germany e.V. (BPW)

Website

Frauen Netzwerk e.V. Connecta

Bundesverband der Frau in Business und Management e.V. (BFBM)

**URL:** [http://www.perspektive-wiedereinstieg.de/Inhalte/DE/Wiedereinstieg/Wiedereinstieg\\_konkret/Wege\\_in\\_den\\_Arbeitsmarkt/interview\\_ulrike\\_bergmann\\_spricht\\_ueber\\_die\\_kunst\\_des\\_netzwerkens.html;jsessionid=7EC994656C7D0EC1DA5D68E5ED9B4C2B?nn=158508](http://www.perspektive-wiedereinstieg.de/Inhalte/DE/Wiedereinstieg/Wiedereinstieg_konkret/Wege_in_den_Arbeitsmarkt/interview_ulrike_bergmann_spricht_ueber_die_kunst_des_netzwerkens.html;jsessionid=7EC994656C7D0EC1DA5D68E5ED9B4C2B?nn=158508)