



Birgit Gosejacob

Neuorientierung im Beruf

Veränderungen aktiv angehen

TASCHEN
GUIDE

HAUFE.

Urheberrechtsinfo

Alle Inhalte dieses eBooks sind urheberrechtlich geschützt.

Die Herstellung und Verbreitung von Kopien ist nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlages gestattet.

Neuorientierung im Beruf

Veränderungen aktiv angehen

Birgit Gosejacob

1. Auflage

HAUFE.

Inhalt

Sind Sie bereit für einen Neuanfang?	5
▪ Wenn Träume wahr werden sollen	6
▪ Verändern oder nicht? Alles eine Frage der Potenziale	12
▪ Jetzt oder später? Der richtige Zeitpunkt	23
Optimale Vorbereitung auf den Neustart	29
▪ Potenziale erkennen	30
▪ Lieblingsbeschäftigung herausarbeiten	42
▪ Ziel definieren	45

Schritt für Schritt zum neuen Job	71
▪ Hindernisse aus dem Weg räumen	72
▪ Der Startschuss	97
▪ Die Realisation	97
Durchhaltestrategien	109
▪ Widerstände aus dem eigenen Umfeld überwinden	110
▪ Erfolgsbewusstsein entwickeln	113
▪ An Rückschlägen und Misserfolgen wachsen	116
▪ Immer mal wieder: der Blick zurück	119
▪ Stichwortverzeichnis	123

Vorwort

Alles um uns herum befindet sich in einem ständigen Entwicklungsprozess. Veränderungen sind an der Tagesordnung. Und auch wir entwickeln uns im Lauf unseres Lebens weiter – oft in eine ganz andere Richtung, als ursprünglich geplant.

44 Prozent der Arbeitnehmer in Deutschland würden in den kommenden 12 Monaten gerne ihren Job wechseln, so eine Studie des Personaldienstleisters Manpower aus dem Jahr 2016. Gehören auch Sie dazu? Dann ist dieser TaschenGuide genau die richtige Lektüre für Sie.

In Umbruchphasen ist viel zu klären: Bleibt man in der alten Branche, im gleichen Bereich oder soll es etwas ganz Neues sein? Ist der richtige Zeitpunkt für einen Wechsel gekommen oder ist es besser, damit noch zu warten?

Dieses Büchlein unterstützt Sie nicht nur dabei, Antworten auf Fragen rund um die Umsetzung Ihres Vorhabens zu finden. Es hilft Ihnen auch, die in Ihnen schlummernden Potenziale zu entdecken. Anstatt sich für einen Weg zu entscheiden, der gerade modern und angesehen, zukunftssträchtig oder einfach nur bequem oder lukrativ ist, finden Sie so heraus, wo Ihre wahren Stärken und Leidenschaften liegen. Starten Sie Ihre ganz persönliche Entdeckungsreise!

Viel Spaß und Erfolg dabei wünscht Ihnen

Birgit Gosejacob

Sind Sie bereit für einen Neuanfang?

Weitermachen wie bisher oder doch etwas Neues wagen? Diese Frage stellt sich im Berufsleben vor allem, wenn sich unsere Lebensumstände ändern, aber auch, wenn wir merken, dass uns die Tätigkeit, die wir gerade ausüben, auf Dauer nicht zufrieden macht.

In diesem Kapitel erfahren Sie u. a.,

- dass es viele gute Gründe für einen Neubeginn gibt,
- welche wichtige Rolle die eigenen Potenziale dabei spielen,
- ob es Zeit für Sie ist, über einen Wechsel nachzudenken.

Wenn Träume wahr werden sollen

Die Zeiten, in denen Menschen nach ihrer Ausbildung oder ihrem Studium in einem Unternehmen einstiegen, um dann bis zur Rente dort zu bleiben, sind vorbei. Nach einer Studie des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB) wechseln in Deutschland pro Jahr etwa 3,4 Prozent der Beschäftigten den Job. Die knappe Mehrheit von 52 Prozent tut dies freiwillig. Nahezu jeder Zweite (48 Prozent) muss jedoch gezwungenermaßen seinen bisherigen Arbeitsplatz aufgeben.

Und auch die Karrieren verlaufen nicht mehr schnurgerade, wie dies früher der Fall war. Immer häufiger wechseln Berufstätige als Quereinsteiger die Branche oder üben Tätigkeiten aus, in denen sie nicht ausgebildet wurden. Die Gründe dafür sind vielfältig: Impulse von außen, wie z. B. Umstrukturierungen oder Insolvenzen von Unternehmen, führen dazu, dass sich Mitarbeiter umorientieren müssen. Es kann aber auch die eigene Entscheidung sein, die letztendlich zum Wechsel führt. Dann nämlich, wenn jemand erkennt, dass er einfach nicht am richtigen Platz ist und eigentlich immer schon etwas ganz anderes machen wollte.

Aber egal, was letztendlich der Anlass für eine Veränderung ist – in jedem dieser Fälle bietet sich die Chance, die eigene Zukunft aktiv selbst zu beeinflussen, und Ideen, die vielleicht schon lange als Traum existierten, Realität werden zu lassen.

Einfach unzufrieden ...

Es gibt Menschen, die sich voll und ganz mit ihrem Beruf identifizieren können, die jeden Tag gerne zur Arbeit gehen, weil sie ihnen Spaß macht. Sie haben nicht nur einen Beruf, sondern für sie ist ihr Beruf Berufung.

BEISPIEL

Moritz Meier liebt seinen Job als Controller in einem großen Unternehmen. Wenn seine Freunde ihn fragen, ob ihn die Zahlenschuberei nach mittlerweile fünf Jahren immer noch nicht langweilt, lacht er und sagt: »Überhaupt nicht! Ich mag es, wenn ich am Ende des Arbeitstages meinen Computer ausschalte mit dem Gefühl, dass ich Ordnung und Übersicht ins Zahlenchaos gebracht habe und noch dazu wichtige Grundlagen für Entscheidungen im Unternehmen erarbeiten konnte.«

Es gibt aber auch diejenigen, die sich schon morgens auf den Feierabend freuen, für die ihre Arbeit nur ein lästiges, aber notwendiges Mittel ist, Geld zu verdienen. Da Geld allein auf Dauer nicht glücklich macht und wir einen großen Teil unseres Lebens mit Arbeit verbringen, führt das dann über kurz oder lang zu Unzufriedenheit. Die ungeliebte Tätigkeit wird immer mehr zur Qual und nervt.

BEISPIEL

Thomas Merkens bastelte schon als Kind leidenschaftlich gern. Und auch heute noch verschwindet er in seiner Freizeit oft stundenlang in seiner Werkstatt und widmet sich seinen Modellflugzeugen, die sein ganzer Stolz sind. Nach dem Abitur wollte er eigentlich eine Lehre als Modellbauer beginnen. Aber sein Vater überredete ihn, den aus seiner Sicht lukrativeren Berufsweg als Bankkaufmann einzuschlagen. 20 Jahre ist er nun bereits in der Bank tätig. Er merkt, dass es ihm jeden Morgen

schwerer fällt zur Arbeit zu fahren. Am liebsten würde er sein Hobby zum Beruf machen und einen Laden für Modellbau eröffnen.

Es gibt viele Menschen, die einen Beruf ergreifen, der meilenweit von dem entfernt ist, was sie sich einst erträumt haben. Oft zwingen uns wirtschaftliche Gründe dazu, häufig sind es die Eltern, die uns – in bester Absicht – dazu raten, doch etwas Solides zu lernen. Viele Menschen arrangieren sich dann mit dem »vernünftigen« Job, machen Dienst nach Vorschrift und sehnen sich nach dem Feierabend, um das zu tun, was ihnen wirklich Spaß macht. Doch einigen ist das auf Dauer zu wenig – vor allem dann, wenn die Träume immer noch da sind. Sie würden am liebsten alles hinschmeißen, um das zu tun, was ihnen wirklich Freude bereitet.

Mit der folgenden Reflexionsübung können Sie mehr über sich und Ihre Einstellung zu Ihrem aktuellen Job erfahren. Kreuzen Sie diejenigen Aussagen an, die auf Sie zutreffen.

Reflexion zum aktuellen Berufsleben

- | | | |
|----|--|--|
| 1. | Wenn ich nachts aufwache und an meinen derzeitigen Job denke, bin ich ruhig und zufrieden. | |
| 2. | Ich gehe morgens (meist) gerne in die Arbeit. | |
| 3. | Ich erledige (fast) alle Tätigkeiten, die mein Beruf mitbringt, gerne. | |
| 4. | Die Tätigkeiten fallen mir leicht bzw. bieten mir genügend Herausforderungen. | |
| 5. | Ich mag die meisten meiner Kollegen. | |
| 6. | Ich komme gut mit meinem Chef zurecht. | |

Reflexion zum aktuellen Berufsleben

- | | | |
|-----|--|--|
| 7. | Ich kann mich in meinem Beruf entfalten. | |
| 8. | Ich habe eine gute Work-Life-Balance. | |
| 9. | Gehalt, Urlaub, Sozialleistungen stimmen. | |
| 10. | Ich kann mir vorstellen, auch noch in zwei Jahren in diesem Unternehmen zu arbeiten. | |

Wie viele Aussagen konnten Sie ankreuzen? Entspricht Ihr aktueller Job wirklich dem, was Sie sich von Ihrem Berufsleben früher einmal erhofft hatten? Machen Sie das, was Sie wirklich tun wollen? Je weniger Aussagen Sie zutreffend fanden, umso mehr deutet darauf hin, dass Sie derzeit nicht besonders glücklich in Ihrem Job sind und eventuell etwas daran ändern sollten.

Wenn andere für Sie entscheiden: Kündigung & Co.

Oft sind es äußere Umstände, die Menschen dazu zwingen, über einen Neustart im Job nachzudenken. Der Klassiker solcher Gründe ist die Kündigung seitens des Arbeitgebers: Man verliert den Job, weil der Arbeitgeber insolvent ist, umstrukturiert oder mit der Arbeitsleistung nicht zufrieden ist.

Obwohl der Änderungsimpuls hier nicht von einem selbst, sondern von anderen gesetzt ist, stellt sich auch hier die Frage: Wollen Sie das, was Sie bisher getan haben, bei einem anderen Arbeitgeber fortsetzen? Oder wollen Sie Grundlegendes ändern? Jetzt haben Sie die Chance dazu!

BEISPIEL

Ein 30-jähriger Programmierer erfährt, dass seine Niederlassung bald geschlossen wird und er deswegen seinen Arbeitsplatz verliert. Es fällt ihm schwer, sich wieder als Programmierer zu bewerben, da er diesen Job zwar gut, aber nicht unbedingt mit Freude und Leidenschaft gemacht hat. Er diente ausschließlich dem Geldverdienen und erschien ihm als zukunftssicher. Erfolg und Zufriedenheit holt er sich in der Freizeit, wo er sich in zahlreichen sozialen Projekten engagiert. Der anstehende Verlust des Arbeitsplatzes eröffnet ihm die Chance, sich beruflich völlig neu zu orientieren und seine zukünftige berufliche Entwicklung basierend auf seinen individuellen Potenzialen aufzubauen. Selbst wenn er dafür in einer Übergangsphase noch die notwendigen Qualifizierungen erwerben müsste, könnte er seine Leidenschaft zu seiner Berufung machen und mit der Arbeit in sozialen Projekten erfolgreich und zufrieden sein Geld verdienen.

Wiedereinstieg nach einer Auszeit

Ob Babypause, längere Krankheit oder Sabbatical – im Berufsleben sind immer mal wieder mehr oder minder freiwillige Auszeiten möglich. In solchen Phasen, in denen man den aktuellen Job mit mehr Abstand und aus einem anderen Blickwinkel sieht, kommt man oft ins Grübeln: Passt der alte Job noch zu mir? Kann ich ihn so, wie ich ihn vor der Pause ausgeübt habe, noch weiterhin ausüben? Möchte ich überhaupt so weitermachen?

BEISPIELE

Anna Müller hat sich ein Jahr Auszeit für den Familienzuwachs genommen. Langsam neigt sich das Jahr dem Ende zu und sie überlegt, wie es danach weitergehen soll: In ihrem Job muss sie viel reisen und ist oft mehrere Tage hintereinander nicht zu Hause. Da sie die Zeit mit ihrem Kind sehr genießt, kann sie sich eine Reisetätigkeit gar nicht mehr vorstellen. Zudem weiß sie auch noch gar nicht, wie sie die Betreuung organisieren soll, wenn sie mal länger beruflich unterwegs ist. Immer öfter kreisen ihre Gedanken darum, einfach ganz neu zu starten und sich endlich mit einem Online-Shop selbstständig zu machen.

Jakob Meier hatte einen Burn-out und war deswegen drei Monate krankgeschrieben. Mittlerweile geht es ihm wieder besser und er plant, wieder in seinem Job zu starten. Je näher der Starttermin rückt, desto unsicherer wird er jedoch: Wird es nicht wieder der gleiche Stress sein, dem er bei seinem Arbeitgeber ausgesetzt ist? Wäre es nicht besser – auch zugunsten seiner Gesundheit – etwas ganz anderes zu machen?

Jil Schmidt hat während ihres einjährigen Sabbaticals als Rucksacktouristin die Welt bereist. In dieser Zeit hat sie ihren Reiseblog mit Inhalten gefüllt. Das ist ihr so gut gelungen, dass sie mittlerweile sehr viele Leser hat. Sie hat sich an die Freiheiten, die das Reisen mit sich bringt, gewöhnt und kann sich weder die Rückkehr in ein Angestelltenverhältnis, noch in eine Firmenhierarchie, noch in ihren Job als Marketingleiterin vorstellen. Sie will noch mehr von der Welt sehen, mit dem Blog und Instagram Geld verdienen und als Locationscout für Filmproduzenten, Modefotografen und Eventagenturen unterwegs sein.

Die Beispiele zeigen es – es kann viele Gründe geben, warum der alte Job plötzlich nicht mehr zur Lebenssituation passt:

- organisatorische (Arbeitszeiten, Arbeitswege etc.),
- familiäre (Betreuung eines Kindes, Pflege eines Angehörigen, Wohnortwechsel etc.),
- gesundheitliche (zu große Belastung, Allergien, Behinderung etc.),