

Karrieresprung Kurskorrektur



Karrieresprung - wöchentlich bei
FAZ.NET

07. Januar 2005

Die guten Vorsätze fürs neue Jahr dürften wieder zahlreich gewesen sein: Öfter Sport treiben. Mehr Zeit für schöne Momente haben. Sich vom Job nicht auffressen lassen. Und überhaupt: Mehr Sinn ins Berufsleben bringen. Nach einer Erhebungen des Gallup-Instituts verspüren deutlich über 80 Prozent der Beschäftigten in Deutschland keine echte Verpflichtung ihrer Arbeit gegenüber. Die Zahl liegt seit Jahren unverändert hoch. Statt sich in ihrer Unzufriedenheit einzurichten, sollten die Beschäftigten lieber in sich hinein hören und nach ihrer Berufung forschen, rät die Psychologin Angelika Gulder, die als Coach dabei unterstützt.

Im Gespräch mit FAZ.NET erläutert sie, welche Fragen es sich zu stellen lohnt und warum der Schritt vom Erkennen zum Handeln vielen so schwer fällt.

Viele Menschen sind gegenwärtig froh, überhaupt in ihrem Beruf arbeiten zu können. Ist es da nicht Luxus, über die eigene Berufung zu sinnieren?

Die Frage ist berechtigt. Allerdings lautet mein Ansatz nicht: Schmeiß alles hin und such dir einen neuen Job. Es geht vielmehr darum, das eigene Leben um das zu bereichern, was einem wichtig ist. Das schließt neben dem Beruf auch Aspekte der Persönlichkeit und der Lebensumstände ein. Die Berufung ist eine Art Vision, an der man sich orientieren kann um die richtigen Entscheidungen zu treffen. Dieses große Bild muß man für sich erst einmal entwickeln, Schritt für Schritt. Es macht daher auch in schwierigen Zeiten Sinn zu überlegen: Was an meinem Job macht mir Spaß, wo bin ich richtig gut? Um diese Bereiche gezielt zu stärken.

Welches ist der erste Schritt in diesem Erkenntnisprozeß?

Zunächst ist es wichtig, die eigene Motivation zu klären. Warum mache ich mich gerade jetzt auf die Suche? Gab es Veränderungen, wurden etwa Abteilungen zusammengelegt oder habe ich Schwierigkeiten mit dem neuen Chef? Das sind allerdings keine besonders guten Voraussetzungen. Optimal ist es, aus einer starken Position heraus den eigenen Kurs zu suchen.

Sie haben dazu mit dem „Karriere-Navigator“ ein Instrument entwickelt, das persönliche Stärken und Vorlieben abfragt, etwa in Bezug auf Qualifikationen, Interessen, Tätigkeiten, Lebensmotive. Welche Dimensionen sind dabei besonders erhellend?

Blinde Flecken können überall sein. In der persönlichen Beratung klopfe ich systematisch alle Bereiche ab. Bei manchen Leuten bringen Kindheitsträume etwas zu Tage, bei anderen die eher banale Frage nach den Lieblingsbeschäftigungen. Aufschlußreich ist auch die Frage, welche fünf Leben man gerne führen würde, hätte man die Wahl. Der Verstand bleibt dabei außen vor. Das Drauflosspinnen bringt häufig versteckte Wünsche zum Vorschein. Die beste Informationsquelle aber ist die Kindheit.

Warum?

Kinder wissen schnell, was ihnen Spaß macht und ihren Anlagen am besten entspricht - und beschäftigen sich genau damit. Wurden diese Interessen später verschüttet, gilt es, sie wieder heraus zu fischen. Vielen Menschen fällt es allerdings schwer, daraus dann konkrete Schlüsse für ihr Berufsleben zu ziehen. Wer gerne musiziert hat, muß nicht kündigen und Musiker werden. Als Projektmanager kann er aber ebenso in der Musikindustrie wie in einer Bank arbeiten.

Viele Trainings zielen darauf, Defizite auszugleichen. Sie hingegen fordern, die Schwächen Schwächen sein zu lassen und sich statt dessen auf die Stärken zu konzentrieren. Reicht das?

Wichtig ist an der Stelle zu unterscheiden zwischen Dingen, die man nicht gut kann und Dingen, die einem zuwider sind. Nehmen wir als Beispiel die Anforderung, vor einer großen Gruppe zu reden. Manche finden das interessant, können es aber nicht so gut - die sollten einen Rhetorikkurs besuchen. Andere können es mehr oder minder gut, verabscheuen es aber - die sollten in ihrem eigenen Sinne die Finger davon lassen.

Die Erkenntnis, welcher Job persönlich erstrebenswert ist, ist das Eine. Was aber blockiert die Menschen letztlich bei der Umsetzung? Daß der Glück verheißende eigene Gemüseladen kein Prestige hat?

Es ist nicht nur Prestigedenken, aber natürlich auch. Ich habe mit einem erfolgreichen Bankenvorstand gearbeitet, der sich genau mit diesen Fragen quälte: Kann ich wirklich machen, was ich da vorhabe? Das Geld war da, die Idee war da, offen war allein die Frage: Warum erlaube ich mir das nicht? In seinem speziellen Fall, weil er glaubte, er müsse die Erwartungen seines Vaters erfüllen. Warum Menschen an diesem Punkt hängen, ist höchst individuell. Im Großen und Ganzen scheint es in Deutschland aber noch sehr wichtig zu sein, dem eigenen Idealbild zu entsprechen.

Also Dinge zu tun, von denen man glaubt: Das muß ich können? Und wollen?

Ja. Ich arbeite sehr viel mit Führungskräften, die in ihre Position reingerutscht sind, weil sie dachten, daß sie das gut finden müßten und es auch mehr Geld bringt. Bis sie irgendwann realisiert haben, daß sie auf die paar Hundert Euro mehr gerne verzichten würden, wenn sie dafür abends in Ruhe nach Hause gehen könnten.

Und dennoch verharren viele lieber in latenter Unzufriedenheit statt sich zu verändern...

Meiner Erfahrung nach sind viele Menschen zu bequem, um ernsthaft etwas zu verändern. Es braucht schon einiges, damit sie in Bewegung kommen - sei es Leidensdruck, eine hohe Motivation oder eine tolle Idee. Für bequemer halte ich es aus eigener Erfahrung allerdings nicht, in einem Job erfolgreich, aber unglücklich zu sein.

Warum landen so viele Menschen in Jobs, die sie nicht glücklich machen?

Viele studieren in dem Glauben, daß ihnen hinterher die Welt offen steht, zum Beispiel BWL. Im Studium finden sie einen halbwegs interessanten Schwerpunkt, hinterher mit etwas Glück einen Job. Den machen sie gut, wechseln - und haben in den seltensten Fällen die Ruhe, innezuhalten und sich zu fragen: Ist es das, was ich immer wollte? In der Regel sind es Menschen zwischen 35 und 40, die in sich reinspüren. Bildlich gesprochen: Wir betreten ein Haus um ins Dachgeschoß zu klettern und stellen oben angelangt fest, daß wir uns im Gebäude geirrt haben.

Das Gespräch führte Birgit Obermeier

Buchtip: Angelika Gulder: Finde den Job, der dich glücklich macht. Campus Verlag, 19,90 Euro, ISBN 3-593-37550-8

Text: @rwi

Zum Thema

- **Führen mit Zielen: die Balanced Score Card**
- **Berufsrisiko Reisen**
- **Demographischer Druck auf den Unternehmen**
- **Zurück auf Los**
- **Verständnis ist mehr als eine Frage der Sprache**
- **Ein gutes Team braucht einen Traum**
- **Auf Abruf in Topform**
- **Vergütung in Abhängigkeit vom Unternehmenserfolg**