

Eines der wirklichen Geheimnisse der Erfolgreichen ist:

...doch vorher noch eine wichtige Anmerkung:

Das ist lediglich meine Meinung. Ich erhebe nicht auch noch den Anspruch, die Welt mit einer ultimativen Erfolgsstrategie zu beglücken. Die Würze der folgenden Kürze ist vielleicht befreiend (vom - Erfolgsliteratur lesen sollen) aber auch verbindlich - ohne Ihren Einsatz geht gar nichts - und das verdrängen viele Menschen.

Nun ein „Geheimnis“, wenn Sie vor einer Aufgabe oder vor einem Problem stehen: Situationen überdenken – Handlungs-Schritte überlegen - einen Plan skizzieren und handeln - Punkt.

Und das alles angemessen (hinreichend: nicht zu oberflächlich nicht zu übergenau). Und anschließend:

Handlungs-Ergebnisse überdenken – Handlungs-Schritte überlegen - einen Plan skizzieren und handeln – Punkt, usw.

Und das Ganze in einer konsequenten, hinreichend raschen Abfolge. (Nicht überhastet aber auch nicht zu langsam).

Alles andere ist zunächst Beiwerk, Werkzeug, Füllstoff. Viel Erfolgsliteratur konzentriert sich zu sehr auf das Beiwerk und verherrlicht es als Erfolgsgeheimnis. Die Bücher müssen schließlich voll werden. Strikte Befolgung der beschriebenen Methoden und Vorgangsweisen wird verlangt, wo die vorhin genannten Schritte reichen.

Wer Ihnen die Geheimnisse der Erfolgreichen besonders intensiv verkaufen will, will Ihnen das Beiwerk andrehen, das "Fahrzeug", das sicher eine wichtige Voraussetzung ist, nur den "Sprit" (Denken – Handeln) können Sie nicht bekommen - den müssen sie selbst „tanken“.

Das ist nur mit konsequenter Selbstentwicklung möglich. D.h. mit Arbeit an sich (ZB. Selbst/Coaching) und der Entwicklung Ihrer Fähigkeit, einen klaren Plan durch Handeln zu erfüllen. Dazu brauchen Sie keine ausgeklügelten Systeme, Handlungsanweisungen und Konzepte. Natürlich gibt es sehr wohl eine Menge hilfreicher Literatur mit oft sehr einfachen aber umso wirksameren Methoden. Eine Liste, die ich sehr empfehlen kann, folgt.

Grundüberlegungen zu beruflicher Fitness

Berufliche Fitness wird spätestens dann bewußt, wenn spürbar wird, daß der berufliche Segen schief hängt.

Deutliche Signale lassen Veränderungen in der Arbeitswelt und Jobkrisen normalerweise frühzeitig erkennen. Die Ursachen beruflicher Sorgen und Schwierigkeiten liegen oft in der Mißachtung wichtiger Kriterien und Signale und in der Unkenntnis zielführender Strategien.

- Berufliche Sorgen sind unbegründet
- Wenn Sie die Verantwortung für Ihr Erwerbsleben übernehmen
- mit der passende Strategie für neue Perspektiven sorgen
- und an Ihrer beruflichen Entwicklung arbeiten

Was bedeutet Jobkrise?

Was auch immer sie als Krise im Job empfinden - Sie suchen nach Möglichkeiten, Ihr berufliches Leben wieder ins Lot zu bringen, sei es durch Harmonisierung des bestehenden Jobs oder durch Suche eines neuen. Der Vorsorgegedanke in beruflicher Fitness bietet Möglichkeiten und Strategien berufliche Einbrüche abzufangen, zu mildern oder zumindest vorbereitet zu sein.

Typische Vorboten für berufliche Probleme sind

- Bossing und/oder Mobbing
- Burnout Anzeichen
- Selbst Zweifel
- zunehmender Frust
- Verzweiflung
- Fehler nehmen zu
- Überforderung oder Unterforderung im Job
- Ohnmachtsgefühl
- Ratlosigkeit
- Hoffnungslosigkeit
- Häufige Existenzsorgen

- Beunruhigende Gerüchte über die wirtschaftliche Lage des Arbeitgebers
 - sie wünschen sich häufig einen anderen Job
 - Sie fühlen sich unbefriedigt, unerfüllt, leer, ausgelaugt, und lustlos
 - aufkeimende Beziehungs-Probleme
 - Konkurrenz wird spürbar (jünger, besser, billiger)
 - Körperliche Signale (z.B. Magen Darmbeschwerden)
 - Andauerndes Unwohlsein
 - Unerträglicher beruflicher Druck
 - es fehlen Perspektiven und Auswege
 - Die Frage drängt sich auf: was kann ich tun?
 - Antriebs Schwäche, fehlende Energie und Motivation
 - Verniedlichen von Signalen („es wird schon nicht so schlimm werden“)
 - Kennen Sie weitere Anzeichen? Die Liste ist bestimmt nicht vollständig. Bei welchen Anzeichen ist Ihnen aufgefallen, daß es um Ihre berufliche Fitness nicht gut bestellt ist?
- Sie Fragen sich oft
- Wie soll es beruflich weitergehen?
 - Was kann ich für meine berufliche Sicherheit tun?
 - Wie kann ich meine berufliche Situation verbessern?
 -

Möglicher Weg zu beruflicher Fitness

Bestimmt gibt es mehrere Wege, sich beruflich fit zu machen und zu halten. Hier soll eine erprobte Strategie Thema sein.

Doch zuerst gehen Sie einmal mit einer groben Bestands-Aufnahme in sich, und fragen Sie sich gemäß der folgenden

Checkliste zur Selbstprüfung - Kriterien und Ursachen unbefriedigender/ gestörter beruflicher Entwicklungen

- Welches sind die internen und externen Kriterien (Sie selbst und Ihr Umfeld betreffend)
- Wie schätzen Sie sich selbst ein? (meist Unterschätzung, halten Sie sich für ausreichend gut in Ihrem Aufgabenbereich?)
- Fühlen Sie sich den beruflichen Anforderungen gewachsen?
- Kennen Sie Ihre eigenen Voraussetzungen?
- Sind Sie über Ihre beruflichen Belange informiert? (Rechte, Pflichten, Möglichkeiten, Erwartungen seitens des Arbeitgebers)
- Ist, was im Job gefordert wird, noch im Einklang mit dem, was Sie bieten oder bieten können und wollen?
- Wissen Sie wirklich, was gefordert wird? .berprüfen Sie das fallweise?
- Wissen Sie, wer aus welchen Gründen Ihre Arbeit schätzt?
- Wissen Sie, welche Probleme Sie mit Ihrer Arbeit wirklich lösen?
- Wissen Sie, welchen Nutzen Sie wem wirklich bieten?
- Fühlen Sie sich selbst für Ihren Arbeitsplatz (zumindest mit-) verantwortlich?
- Glauben Sie, dass jemand anderer als Sie selbst, verantwortlich ist für Ihren beruflichen Erfolg?
- Kennen Sie die betriebliche Wirklichkeit? (so gut es eben möglich ist)
- Verschließen Sie die Augen vor der wirtschaftlichen Realität des Arbeitgebers?
- Sind Sie genügend achtsam, betreffend das wirtschaftliche Umfeld Ihrer Branche?
- Kennen Sie Ihre Branche?
- Gehen Sie Gerüchten auf den Grund?
- Haben und nutzen Sie eine berufliche Strategie? Wie würden Sie Ihre Strategie beschreiben?
- Interessieren Sie die Hintergründe der Branche und Ihre wirtschaftlichen Zusammenhänge?
- Könnten Sie bisher nicht erkannte unvorteilhafte persönliche Eigenschaften und Eigenheiten haben?
- Sind Ihre kommunikativen Fähigkeiten zeitgemäß?
- Verniedlichen Sie häufiger Signale/Symptome

Auch diese Aufzählung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und kann ebenfalls erweitert werden.

Die weiteren konkreten Schritte sind:

Erfassung Ihrer Stärken

Eine sinnvolle Lebensorientierung baut auf den persönlichen Voraussetzungen von

Menschen auf.

Die intensive Befassung mit Ihren eigenen Begabungen und Voraussetzungen ist der zentrale Ansatz für Ideen und Strategien, wie Sie berufliche Alternativen finden, Lösungen persönlicher Probleme in Angriff nehmen können, und Vorstellungen verwirklichen - die Grundlagen dafür stecken in Ihnen

Sie sind fähiger als Sie wissen und können damit mehr erreichen als Sie glauben. Das ist kein platter Positivismus, sondern eine Erfahrungstatsache aus langjähriger Beratungstätigkeit.

Was Sie im Leben erreicht haben, verdanken Sie dem mehr oder weniger wirksamen Einsatz Ihrer Stärken und Begabungen. Nur wenige Menschen kennen ihre eigenen ungenutzten Möglichkeiten, oder nutzen die bekannten nicht wirksam genug, um ihre Vorstellungen zu verwirklichen, Hindernisse zu überwinden und Situationen zu verbessern. Die Beschäftigung mit Ihren Voraussetzungen verbessert das Bewußtsein um den Wert Ihrer Potentiale und Stärken. (Fragen zur Stärkensuche folgen). Solange die Überzeugung dass das so sein könnte nicht intensiv verinnerlicht ist, werden Sie sich nicht ausreichend genau mit Ihren Voraussetzungen auseinandersetzen. Prüfen Sie für sich, was Sie der Behauptung abgewinnen können „eine sinnvolle Lebensorientierung baut auf den Voraussetzungen von Menschen auf“

Die Stärken zu Ideen formen

Mit bewährten Kreativitätstechniken können Sie aus Ihren Stärken konkrete Ideen für berufliche Alternativen entwickeln. (Entsprechende Beiträge folgen)

Strategien für die Verwertung der Ideen festlegen

Bieten können Sie nur, was Sie jetzt haben - die Gesamtheit Ihrer persönlichen Voraussetzungen, angefangen bei materiellen Werten (die bekanntlich einer raschen Abnutzung unterliegen können) bis hin zu Werten wie Ideen, Stärken, Talente, Wissen, Bildung, Kontakte usw.

Mit einer entwicklungsorientierten Strategie überprüfen Sie Ihre Ideen in der Realität.

Die naheliegende Realität ist die menschliche Gemeinschaft - Familie, Freunde, Bekannte und Kollegen, Arbeits- und Auftraggeber, die Ihren sozialen und materiellen Lebensunterhalt ermöglichen.

Bei allem was wir unternehmen - wir nützen direkt oder indirekt die Vorleistungen anderer Menschen.

Wir leisten ständig etwas füreinander und profitieren umso mehr davon, je mehr wir aus unseren eigenen Potentialen schöpfen und sie anderen nutzbar machen, wo Bedarf besteht.

All Ihre Voraussetzungen nützen wenig, wenn sie keiner kennt und niemand braucht. Mit einer Strategie, die sich am Nutzen für andere Menschen orientiert, können Sie etwas Einmaliges entwickeln und tun, das sich für Sie und andere lohnt. Darin liegt Ihre Chance am Markt des Lebens.

Je weniger Sie im Leben zu bieten haben, desto mehr müssen Sie sich bieten lassen.

Selbst Marketing - Bieten statt bitten

Der Arbeitsmarkt ist auch ein Markt. Auf Märkten herrschen Regeln und Gesetze. Es sind im Prinzip die gleichen, wie auf allen anderen Märkten. In einem Käufermarkt schöpfen die Kunden aus dem Vollen. Arbeitgeber als Ihre "Kunden" können das häufig auch. Einen Job haben, bedeutet nicht, ihn automatisch auf immer zu behalten. Wie werben Sie um Ihren "Kunden"? was tun sie für ihre Kundenbindung? Kennen Sie die Marketing-Weisheit "wer nicht wirbt der stirbt". Beobachten Sie den Arbeitsmarkt?

An alle, die glauben sich nicht verkaufen zu können:

Dann verkaufen Sie sich halt nicht!

Doch das Mindeste ist, zu sagen, was ist - Ihre besonderen Voraussetzungen und Stärken - etwas, das jeder Mensch bis zu einem gewissen Grad besitzt und ausbauen kann. Dazu sollten Sie wissen, was das ist - was Ihre besonderen Voraussetzungen sind.

Herausfinden können Sie das durch die Selbstbeantwortung bestimmter Fragen.

Sich in seinen Job besser einfügen als Lebensweg

Probleme im Job liegen oft darin, daß Sie ihn nicht gut genug machen. D.h. nicht so, wie es erwartet wird, aus welchen Gründen auch immer. Was heißt das? Sie können absolut top sein - auch objektiv - solange sie das nicht in den Augen Ihrer Zielgruppe sind (z.B.

Vorgesetzte), gibt es Schwierigkeiten.

Es besteht ein Zusammenhang zwischen Job gut machen und den ureigensten Lebenszielen. Die Probleme in Jobs sind immer auch Wegweiser, die uns vom bisherigen Weg wegweisen und uns frei machen oder bereit machen für neue Wege. Egal wie sie es sehen wollen, es ist so - eine deutlichere Wegweisung (in beiderlei Sinn) im Berufsleben als letzten Endes eine Kündigung gibt es wohl nicht. Abzuwarten, bis es kracht, ist natürlich auch eine Option - bestimmt nicht die klügste. (Vergleich Tanken: Denken Sie erst ans Tanken, wenn der Motor wegen Treibstoffmangel abstirbt? Oder beobachten Sie manchmal die Tankanzeige?) Dieses Risiko gehen vermutlich die wenigsten Menschen bewußt ein. Die deutlichsten Anzeichen dafür sind die körperlich und seelisch belastenden Veränderungen.

Einen bezahlten Job machen Sie in erster Linie nie für sich selbst. Natürlich wollen SIE etwas verdienen. Was aber selten begriffen wird, ist die Priorität in der Sache: zuerst muss es für den Auftraggeber passen, erst dann gibt es den Gegenwert, den Sie sich wünschen. Wo purer Egoismus waltet, sind Schwierigkeiten die unerbittliche Konsequenz. D.h. Ihre Probleme sind eher lösbar, wenn Sie Ihren Job besser oder anders oder anderswo machen und immer so, daß Sie die Anforderungen Ihres Auftraggebers so gut erfüllen, wie es Ihnen möglich ist (statt mehr vom Gleichen oder sich mehr (ziellos) anstrengen usw.). Und wenn Sie Ihre Voraussetzungen für Ihren Job - Ihre berufliche Aufgabe und Ihre Lebensziele - überdenken und neue Erwerbs-Strategien entwickeln.

In den Augen der Zielgruppe passend zu sein, hat auch Grenzen. Falsch verstandener Stolz („...das mach ich doch nicht...“) auf der einen Seite und Liebskind machen (einschleimen) auf der anderen, verhindern oft eine Annäherung an existenzielle Bedürfnisse der Zielgruppe.

Gegen undurchschaubare oder unprofessionelle Personalentscheidungen ist natürlich kein Kraut gewachsen. Wo ganz andere Kriterien herrschen, als die Fähigkeiten von Mitarbeitern, oder wo etwas anderes gefordert wird, als Sie bieten können oder wollen, hilft auch keine noch so strategische Orientierung an den Zielgruppen-Bedürfnissen. Wie oft übersehen wir, daß sich die Anforderungen an uns verändert haben, und wir nicht gefolgt sind. Wo wir linear unseren Job machen, statt wendig auf der Spur der Zielgruppen-Wünsche zu bleiben. Wir sind dann baß erstaunt, wenn wir aus der Kurve fliegen: Ich hab ja eh noch "Gas gegeben" (sprich meinen Einsatz meine Anstrengungen erhöht, statt den Kopf benutzt und eine Strategie überlegt).

Wann haben Sie das letzte Mal mit Ihren Vorgesetzten Ihren Job abgestimmt?

Wann haben sie sich das letzte Mal Gedanken darüber gemacht, was sie im Leben und vom Leben wirklich wollen! Das Leben kann es mit Ihnen schwer gut meinen, wenn sie dem Leben nicht sagen, was sie von ihm wollen.

Sie haben immer Ihr Bestes gegeben plötzlich stehen sie ohne Job da

Halten sich "Pflege" (das Registrieren der Veränderungen) der beruflichen Beziehung und Arbeitseinsatz die Waage?

Geben Sie Ihr Bestes? Und was verstehen Sie darunter? Ist es wirklich das Beste für Ihren Arbeitgeber UND für Sie?

Wenn nur Sie Ihr Bestes geben und Ihr Arbeitgeber seine Führungsqualitäten nicht ebenfalls zum Besten entwickelt, erfordert diese Schiefelage eine eigene Strategie. Es nützt nichts, sich als verkannt beleidigt zurückzuziehen. Viel arbeiten allein ist kaum Garantie für die Sicherheit eines Arbeitsplatzes.

Pflege bedeutet Weiterentwicklung Ihres Jobs. Damit nützen Sie Ihrem Arbeitgeber und sich selbst. Sie leisten einen Beitrag zur Sicherheit Ihres Arbeitsplatzes, finden nach einer Trennung rascher wieder Anschluß oder legen den Grundstein für einen aktiven Wechsel. Lernen sie unterscheiden, was in Ihrem Job möglich ist und was nicht. Die besten Ideen sind nutzlos, wenn Sie den Entscheidungsträgern nicht vermittelt werden können oder nicht erkannt werden. Voraussetzung: diese besten Ideen sind auch objektiv gut (strategisch orientiert) und nicht nur in Ihren Augen.

Weg aus der Krise

Was Sie beitragen können, um Ihren Job zu behalten

Was sie tun müssen, um einen passenden zu finden.

Jobsicherung beginnt nicht erst, wenn es kriselt sondern lange vorher. Sie ist vergleichbar mit der gesundheitlichen Vorsorge, die eine gesunde Lebensweise als eine wichtige Voraussetzung für die Vermeidung späterer Krankheiten sieht. Eine 100%ige Kontrolle der

Entwicklung des eigenen gesundheitlichen und Berufs-Lebens bleibt natürlich Illusion. Unvorhergesehenes und Unvorhersehbares hält jedes Leben bereit. Es kann ja nur darum gehen, das zu beeinflussen, was beeinflussbar ist und zu erkennen und zu akzeptieren, was wir nicht ändern können - und wie Pfarrer Ötinger sagte, von Gott die Weisheit zu erbitten, das eine vom anderen unterscheiden zu können. Es geht hier also darum, zu erkennen, was Sie beitragen und ändern können, um Ihren Job zu sichern. An diesem Punkt zeigen sich erfahrungsgemäß bei vielen Menschen starke Mängel in der Fähigkeit einschätzen zu können, was in ihrem Einflußbereich liegt und was nicht. Viele Menschen unterschätzen ihre Möglichkeiten.

Wenn wir beim Vergleich mit der Gesundheit bleiben, können wir zuerst überlegen, was wir zu unserer beruflichen "Gesundheit" vorbeugend tun können. Wir suchen bei ernsteren Krisen den "Arzt" auf. Wenn entsprechende Behandlungen greifen, "gesund" wir, wenn nicht, dann kann es "chronisch" werden oder ein "Infarkt" einen Klinikaufenthalt erzwingen. Mit Einschränkungen vergleichbar mit Jobverlust der u.U. sehr intensive Bemühungen erfordert, um da wieder "rauszukommen" oder ins Berufsleben wieder „reinzukommen“.

Berufliches Präventivcoaching und Strategie www.lebensorientierung.at
Ronald Hell © 2019