

BERUFSGLÜCK



Julia Glöer

# **BERUFSGLÜCK**

Der etwas andere Weg,  
den wirklich passenden Job zu finden

Campus Verlag  
Frankfurt/New York

ISBN 978-3-593-51105-4 Print  
ISBN 978-3-593-44220-4 E-Book (PDF)  
ISBN 978-3-593-44221-1 E-Book (EPUB)

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

Copyright © 2019 Campus Verlag GmbH  
Umschlaggestaltung: Zeichenpool, München  
Umschlagmotiv: © Shutterstock: stockcreations  
Illustrationen: Ralf Haake und Julia Glöer  
Satz: Fotosatz L. Huhn, Linsengericht  
Gesetzt aus Minon Pro, Myriad Pro und Verveine  
Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe GmbH, Bad Langensalza  
Printed in Germany

Konvertierung in EPUB: le-tex publishing services GmbH, Leipzig

[www.campus.de](http://www.campus.de)

# Inhalt

Prolog: Unvermittelbar . . . . .	7
1 Berufsglück ist möglich . . . . .	13
2 Warum Bewerbungen überschätzt werden . . . . .	20
3 Wo stehen Sie wirklich? . . . . .	34
4 Offene Türen: Die Startphase . . . . .	53
5 Sternenmitte: Welche Themenwelten geben mir Sinn? . . . .	77
6 Ich-Faktor Fähigkeiten: Was liegt unter der Spitze des Eisbergs? . . . . .	105
7 Ich-Faktor Rahmenbedingungen: Außer Moos viel los! . . . .	132
8 Wo-Faktor Menschen: Mit wem möchte ich arbeiten? . . . .	141
9 Wo-Faktor Umfeld: Wie fühle ich mich wohl? . . . . .	153
10 Ideenfindung: Was soll nur aus mir werden? . . . . .	165
11 Szenario: Der perfekte Tag . . . . .	173
12 Goldschürfen: Die Erkundungsphase . . . . .	181
13 Mein Angebot an die Welt: Die Zielphase . . . . .	205
14 Hürden überwinden: Mit guten Gefühlen leichter ans Ziel . .	226
15 Traumberufe fallen nicht vom Himmel . . . . .	238
Und dafür werde ich bezahlt! . . . . .	243
Danksagung . . . . .	245
Die Autorin . . . . .	250

Für alle Unterstützer

*Wenn du dich jetzt angesprochen fühlst,  
dann bist du sicher auch gemeint.  
Und für meine Oma, die das nicht mehr lesen kann:  
Du bist auch mit eingeschlossen!*

# Unvermittelbar

»Herzlichen Glückwunsch ...« Meine Lieblingslehrerin prostete mir zu und mit ihrer vom Sekt schon ein wenig schweren Zunge fuhr sie fort, »und willkommen im Klub. Im Klub der Leute, die in einer kalten Werkstatt stehen und Sachen vor sich hinbasteln, von denen sie noch nicht einmal die Heizkosten bezahlen können.« Sie leerte ihr Glas mit einem Zug.

Da hat es mich gefröstelt.

Es war der Abend der Vernissage, an dem wir Glasdesign-Studenten in einer Abschlussausstellung unsere Werke präsentierten. Und diese deprimierenden Worte kamen ausgerechnet von der Frau, die als erfolgreich galt und mich am meisten inspiriert hatte.

## Was soll aus dem Kind nur werden?

Ich hatte ohne ein bestimmtes Ziel Abitur gemacht – getreu dem Motto: Mit Abi kannst du alles werden. Was das aber war, davon hatte ich keine Ahnung.

»Mach was Solides!«, hatten meine Eltern mir zum Glück nie gesagt. Dennoch gab es nicht besonders viel, was sie zum Thema Berufswahl beizusteuern hatten. Scherzhaft meinte mein Vater: »Im Grunde gibt es nur die Wahl zwischen einem Jura-, Medizin- oder Theologiestudium.« Das sagte er mit einem Augenzwinkern und gerade das mit der Theologie meinte er nicht wirklich ernst. Aber dass man mit solch einer Studienwahl wirklich ein gutes und glückliches Leben führen konnte, das lebte mein Vater mir tagtäglich vor. Er war Arzt und sein ganzes Berufsleben lang ein begeisterter und leidenschaftlicher Mediziner.

Und nichts wünschten sich meine Eltern mehr für meine Geschwister und mich, als dass wir genauso glücklich würden. Ihrer Meinung nach müssten wir dafür studieren.

Also bewarb ich mich halbherzig für ein Medizinstudium und bekam prompt keinen Platz. Aber in mir tickte auch ein Revoluzzerherz und das riet: »Kehr zurück zu den Wurzeln. Lerne ein Handwerk. Mach was mit den Händen!«

## Irgendwas anderes

Nur welche Ausbildung? Woher sollte ich das wissen? Ich hatte keinen Schimmer, wie ich herausfinden könnte, was wirklich zu mir passte. Die Eltern einer Freundin wohnten auf dem Land und hatten ein tolles altes Reetdachhaus. So wollte ich auch später leben. Also, so meine naive Vermutung, muss ich doch einfach nur deren Fußstapfen folgen, dann ende ich auch in so einem Haus. So bestimmte eine schöne Bauernkate meine Berufsentscheidung.

Die beiden waren Glaskünstler, sie Glasmalerin, er Kunstglaser. In einem Ausstellungskatalog fand ich Informationen zu ihrer Berufsbiografie. Detektivisch entdeckte ich, dass die beiden ihre Ausbildung an einer Glasfachschule in Hessen gemacht hatten. Die Vorstellung, mit den beiden über ihre Arbeit zu reden, um ihnen zu erzählen, dass ich es ihnen jetzt nachmachen würde, fand ich peinlich.

Ich recherchierte weiter und fand heraus: Die Schule gibt es noch! Super! Also bewarb ich mich und landete in *the middle of nowhere* – in Hadamar.

Dort lernte ich technisches Glasblasen – sprich Glasapparatebau. Ich trat die Lehre an, ohne mir zu überlegen, was man damit eigentlich am Ende ist, nämlich Glasbläserin. Und ohne mich zu fragen, was man dann wohl macht, nämlich Glasblasen. Der Glasbläserkurs entwickelte sich zum Glas-Bootcamp mit einem rigiden Ausbilder. In dieser Zeit zeichnete ich mich nicht durch meine künstlerischen Fähigkeiten aus, sondern nur durch eines: Ich hatte die meisten Fehlstunden. Und Unbehagen! Das wurde immer stärker, von einem Ziehen in der Magen-grube zu einem Orkan in meinen Kopf.

Ein halbes Jahr vor Abschluss fing ich an, mich zu fragen, ob Glasblasen in Deutschland überhaupt gebraucht wird. Die Antwort lautete: Nein! Gar nicht! Null Jobs! Kein einziger! Das war fatal. Kein Mensch in Deutschland würde mich brauchen. Selbst wenn ich irgendwo einen Job gefunden hätte, fand ich Glasblasen schlimm, todlangweilig bis körperlich anstrengend. Schon die Ausbildung war eine einzige Quälerei.

Getraut, die Ausbildung abzubrechen, hätte ich mich nie. Ich hatte gehört, das Schlimmste, was auf meinem Lebenslauf stehen könne, sei eine abgebrochene Lehre. Irgendwo hatte ich auch aufgeschnappt: Mit einer abgebrochenen Ausbildung bekommst du dein Leben lang keinen Job. Das wird jeden Arbeitgeber davon abhalten, dich einzustellen. Also gab es nur Durchhalten!

Ich hatte nicht die Stärke, nicht das Vertrauen, nicht die Erfahrung, meinem Herzen und meinem Instinkt zu folgen. Wohin auch? Denn die Frage, die mir überall auflauerte, war: *Was will ich wirklich?* Ich hatte keine Ahnung. Kein Ziel und keinen Plan. Nur das sichere Gefühl, vier Jahre meines Lebens verschwendet zu haben.

## Willkommen im Klub

Mit einem völlig unbrauchbaren Gesellenbrief in der Tasche überlegte ich: Was nun? Ich war überzeugt: Jetzt bin ich schon so alt, da kann ich unmöglich die Richtung wechseln. Der Zug für etwas ganz Neues schien abgefahren. Und zweitens dachte ich: Meine Eltern hatten Recht. Ein Studium wäre doch gut, die Ausbildung war eine einzige geistige Unterforderung.

Die logische Konsequenz aus diesen beiden Überzeugungen hieß: *Jetzt studierst du – und zwar Glasdesign!*

Dazu musste ich nach England. Und wieder hatte ich mir nur den nächsten Schritt überlegt und überhaupt nicht das Ergebnis. Was wird man wohl mit so einem Studium? Die Antwort hätte gelautet: Glasdesignerin! Und ich überlegte auch nicht, wer das wohl braucht? Die Antwort wäre gewesen: Kein Mensch!

Sieben Jahre später war ich Glasdesignerin. Und wer brauchte das? Niemand!

Ich schlug mich durch, mit Glasblasen auf Weihnachtsmärkten und Kunst und Arbeitslosigkeit. Eigentlich am Boden zerstört. Und ich hatte keine Idee, wie ich das ändern könnte.

Bis eines Tages ein rettender Anruf einer Freundin kam: *»Ich sag' dir, Julia, Computer sind die Zukunft. Mach was damit – die werden kommen! Du bist doch kreativ!«* Damals war ich so verzweifelt. Der Anruf kam mir vor wie eine Stimme aus dem Off: *Ja, genau, Computer! Das wird kommen. Das braucht die Welt.* Ich machte, was meine Freundin mir riet, und schaffte es tatsächlich, ein Praktikum in einem Verlag zu ergattern. Ich wurde als Projektmanagerin übernommen. Ob diese Richtung zu mir passt, fragte ich mich nicht. Ich wollte an diesem Punkt einfach nur überleben und Geld verdienen. Ein Job, der mich erfüllt, war ein Luxus, den ich mir nicht leisten konnte.

Und ich hatte Angst: *»Also gelernt hast du das ja nicht. Eigentlich kannst du das hier ja gar nicht. Dafür hast du doch keinen Schein.«* Also machte ich nebenher einen Master in Interaktiven Medien. Das beruhigte mich ein wenig, hatte ich doch gelernt: Ohne Schein geht nichts in der Berufswelt!

Drei Jahre später kehrte ich England den Rücken. Ich wollte in die Heimat zurück. Ich quasselte mich in ein Praktikum in einer Hamburger Medienfirma und wurde auch dort übernommen und wieder Projektmanagerin für Neue Medien. Der Job war anfangs schön, ich hatte ein spannendes Projekt: Ich entwickelte ein Detektivspiel für Kinder. Dann kam das Internet und unsere Firma mutierte zu einer Online-Werbeagentur. Die Inhalte waren todschweigerig bis bedenkenswert, bei zugleich extremen Arbeitsbedingungen. Wenn ich ausnahmsweise mal um 19 Uhr das Büro verließ, wurde ich gefragt, ob ich seit Neustem einen Halbtagsjob hätte.

Der Job machte mich krank. Ich bekam chronische Migräne und hatte nun im Alter von 38 Jahren eine amtlich bescheinigte Schwerbehinderung. Fast zur selben Zeit platzte die Dotcom-Blase, die weltweit um die Technologie- und New-Media-Unternehmen entstanden war. In Hamburg wurden über Nacht mehr als 20 Firmen geschlossen. Wie Hunderte andere Mitarbeiter stand ich auf der Straße.

Stellen im Medienbereich gab es nicht. Ich galt sowieso als viel zu alt für die Branche. Mit Schwerbehinderung war ich noch »unvermit-

telbarer« als sowieso schon. Die Berater von der Agentur für Arbeit und von der Krankenkasse empfahlen mir unisono: »*Beantragen Sie die Rente! Das wird nichts mehr!*« Und ganz genauso kam es mir auch vor. Mein Berufsleben schien am Ende. Und ich tat, was sie mir rieten.

Doch dann kam alles anders. Denn ich entdeckte: Berufsglück ist möglich ...

Die Beispiele, die ich in diesem Buch verwende, stammen aus meinen Seminaren und Beratungen. In Fällen, in denen mir nicht die ausdrückliche Genehmigung des Teilnehmers vorliegt, habe ich die Namen und Informationen so verändert oder zusammengeführt, dass weder bestimmte Personen gemeint sind, noch sie einzelnen, real existierenden Person zugeordnet werden sollten. Falls sich dennoch jemand in den geschilderten Beispielen wiedererkennen sollte, bitte ich um Verständnis für die Veränderungen, die ich vorgenommen habe.

Die Benutzung der männlichen Form im Text ist nicht genderkorrekt. Dennoch habe ich aus Gründen der Lesbarkeit diese im Text häufig gewählt. Ich meine damit natürlich immer die Angehörigen aller Geschlechter. Gerade Begriffe wie »Chef« sind immer als Unisextitel zu verstehen.



# Berufsglück ist möglich

*Montagmorgen. Ich bin bei der Post, weil ich ein Paket abholen muss. Der Mitarbeiter hinterm Schalter sucht danach. Währenddessen kommt sein Kollege durch die große Eingangstür gestapft und ruft unvermittelt quer durch den Raum: »Und, Erwin, wie lange noch?«*

*Erwin schaut kaum auf und antwortet laut vernehmlich: »Noch sechs Jahre!«*

*Für eine Sekunde steht mir der Mund offen. Ich bin sprachlos über die Selbstverständlichkeit, mit der Erwin die Frage seines Kollegen versteht. Auch keine andere Person in der ellenlangen Schlange hinter mir scheint die Antwort von Erwin zu überraschen.*

*Mir dämmert: Es ist komplett normal, dass Menschen ihre Jahre bis zur Rente zählen.*

Ich hoffe, Sie sind fest entschlossen, schon *vor der Rente* ein schönes Leben zu haben und sich nicht mit einer Arbeit abzufinden, die Sie anstrengt, auslaugt, nervt und belastet. Träumen Sie davon, sich aus den Zwängen Ihres aktuellen Jobs zu befreien und stattdessen eine Beschäftigung zu finden, die Sie wirklich erfüllt?

Na dann halten Sie genau das richtige Buch in der Hand! Denn ich bin überzeugt: Berufsglück ist möglich!

Das sage ich nicht nur, weil ich Sie motivieren will. Nein, das sage ich aus Erfahrung.

In den vergangenen 15 Jahren habe ich im Laufe meiner Arbeit als Beraterin und Trainerin Hunderten Menschen dazu verholfen, ihr Berufsglück zu finden. Menschen in den unterschiedlichsten Positionen, Berufen und Altersgruppen: vom Jugendlichen ohne Schulabschluss bis zur Historikerin mit Dokortitel, von der Ergotherapeutin bis zum Maschinenbauingenieur, vom wissenschaftlichen Mitarbeiter an der

Philosophischen Fakultät bis zur selbstständigen Grafikdesignerin, von der Mathematikerin bis zum Sozialpädagogen und vom 18-jährigen Abiturienten, der keine Ahnung hatte, welchen Berufsweg er einschlagen soll, bis zur 60-jährigen Möbelexpertin, die sich für unvermittelbar hielt und dann doch noch den Job ihres Lebens fand.

Auf diese Weise habe ich die unterschiedlichsten Charaktere und Biografien kennengelernt. Doch so unterschiedlich die Menschen und ihre Lebensläufe sind, sie haben alle eines gemeinsam: die Notwendigkeit oder den Wunsch nach einem beruflichen Betätigungsfeld, in dem sie einen Sinn sehen und sich wohlfühlen. Und dem Weg dahin zu folgen – das ist mutig.

## Endlich Wochenende

Der freudlose Blick von Erwin vom Postschalter auf seine Arbeit hat die Menschen, die hinter mir in der Schlange standen, deswegen nicht verwundert, weil er so weit verbreitet ist. Schalten Sie mal Freitagmittag das Radio an und hören Sie ein paar Minuten zu. Ich wette, dass unabhängig vom Sender ein Hinweis kommt mit dem Tenor:

*»Liebe Zuhörerinnen und Zuhörer, es ist Freitag! Gleich haben wir es geschafft. Endlich Wochenende!«*

Ich habe noch nie gehört, dass jemand empört beim Radiosender anruft und sich beschwert. Etwa so:

*»Hey, was soll das? Ich gehe gerne zur Arbeit. Was erzählt ihr da eigentlich?«*

Nein, es scheint, als wären sich alle einig: Arbeiten ist lästig. Ein notwendiges Übel. Etwas, das man nicht ändern kann, sondern hinnehmen muss. Ich raufe mir bei solchen Sprüchen immer die Haare und möchte über den Äther allen zurufen: Nein, Ihr könnt etwas dagegen tun – Jobfrust muss nicht sein!

In unserer Gesellschaft scheint Erfüllung bei der Arbeit ein Traum für Idealisten zu sein. Oder zumindest eine große Ausnahme.

Wenn Sie etwas dagegen unternehmen möchten, werden Sie nicht so leicht auf Verständnis stoßen oder Unterstützung finden. Denn wenn Sie sich mit Ihrer Familie, Ihren Freunden und Bekannten unterhal-

ten, treffen Sie schnell auf die weit verbreitete Angst vor Veränderungen und auf andere Jobunzufriedene. Dann bekommen Sie folglich so etwas zu hören wie:

»Was willst du denn sonst tun?«

Oder:

»Stell dich nicht so an. Bei uns im Geschäft läuft es auch nicht besser!«

Oder:

»Du müsstest mal meinen Chef sehen. Schlimmer geht es nicht!«

Solche Reaktionen sind kein Wunder, denn Ihre Gesprächspartner leiden mit Ihnen. Die drohende berufliche Ungewissheit erzeugt Angst und viele reagieren deshalb abwehrend.

Schon die gedankliche Suche nach positiven Alternativen wird Ihnen in unserer Gesellschaft durch pessimistische Grundhaltungen wie »Arbeit ist nicht zum Vergnügen da« oder »Das Leben ist kein Ponyhof« drastisch erschwert.

Das Ertragen mieser Chefs, langweiliger Jobs und kräftezehrender Arbeitszeiten ist seit Jahren ein Volkssport. Das ist nicht nur ein subjektiver Eindruck, sondern ein durch Studien belegter Fakt. Der Gallup Engagement Index (Deutschlands umfangreichste Studie zur Arbeitsplatzqualität) zeigt, dass 71 Prozent der deutschen Beschäftigten im Jahr 2018 Dienst nach Vorschrift machten und weitere 14 Prozent sogar schon innerlich gekündigt hatten. Nur 15 Prozent der Arbeitenden gehen hierzulande ihrer Arbeit mit Freude nach!

Überlegen Sie mal, was das in der Praxis bedeutet: Beinahe die gesamte arbeitende Bevölkerung dieses Landes macht ihre Arbeit ungern! Mit anderen Worten:

Deutschland ist ein Land der Jobunzufriedenen! In der Schweiz und in Österreich verhält es sich übrigens ähnlich.

Aber warum ist denn die Jobunzufriedenheit so extrem?

## Enttäuschung im Paradies

Was die Vielfalt der Berufe angeht, die Wahlfreiheit der Karrierewege und die Möglichkeiten, sich zu qualifizieren, herrschen paradiesische Zustände.

In Deutschland beispielsweise haben wir über 300 anerkannte Ausbildungsberufe, dual und nicht dual. Schon 2015 hatten wir über 18 000 Studiengänge, staatlich oder privat, wir haben Fortbildungsinstitute und Weiterbildungsträger jeglicher Richtung und vor allem haben wir eine riesige Vielfalt an Wirtschaftsunternehmen. Wir haben BAföG, wir haben Stipendien, wir haben Förderprogramme von Vereinen und Stiftungen, wir haben die Möglichkeit, während des Studiums zu jobben – kurz: Wahnsinnig viele Aus- und Weiterbildungsoptionen stehen bereit.

Und wer sich die Joblandschaft in Deutschland anschaut, stellt einen Reichtum an unterschiedlichen Berufsfeldern fest, in dem doch eigentlich jeder das finden sollte, was ihn zufrieden macht. Es gibt Kleinbetriebe und Mittelständler ebenso wie internationale Konzerne. Es gibt alteingesessene Familienunternehmen und börsennotierte Konzerne ebenso wie eine florierende Start-up-Szene, in der die Arbeit sich ständig verändert. Es gibt staatliche Förderungen für die Weiterbildung und es gibt Beratungsstellen für Existenzgründer und junge Unternehmer. Alle könnten hier ihren Platz finden: Sicherheitsorientierte ebenso wie Freiheitsliebhaber, Ordnungsbewusste und kreative Andersdenker, Strukturierte und Spontane.

Deutschland scheint, was Verwirklichung im Beruf angeht, das Land der unbegrenzten Möglichkeiten! Umso seltsamer ist es, dass so wenige Menschen einen Job haben, der sie erfüllt und glücklich macht.

## Aber wohin?

Es gibt ganz unterschiedliche Gründe, warum Menschen in ihrem Job verharren, obwohl er droht, sie krank zu machen. Ein typisches Beispiel ist mein Freund Ralf: Er hatte Zahntechnik gelernt – weil sein Vater das wollte. Über die Jahre war er in diesem Bereich zur Führungskraft aufgestiegen, war Geschäftsführer und Mitgesellschafter innerhalb einer Konzernstruktur und für einen Stab von rund 150 Mitarbeitern verantwortlich.

Als er schließlich merkte, dass sein Job an jeder Ecke zwackte und zwickte, konnte er nicht die Reißleine ziehen. Als Begründung nannte er mir:

*»Ich konnte mich nicht irgendwo anders als Geschäftsführer bewerben, weil ich dort nur über Glück reingerutscht war und keinerlei formale Nachweise über meine Qualifikation für diese Position besaß. In meinen gelernten Job als Zahntechniker konnte und wollte ich nicht zurück. Viel zu lange hatte ich dort nicht mehr praktisch gearbeitet. Gleichzeitig dachte ich, dass ich mich realistisch gesehen nur in der Dentalbranche bewerben könne – das war ja das einzige Feld, in dem ich Erfahrung vorweisen konnte. Doch es war ja gerade die Branche, die mir am meisten zusetzte.*

*Durch den gut bezahlten Job hatte ich mich darüber hinaus in vielerlei Hinsicht finanziell abhängig gemacht: die Kredite für Immobilien oder Gesellschafteranteile, der Unterhalt für meine Tochter, der gehobene Lebensstandard, an den ich mich gewöhnt hatte. Das waren nur einige Punkte auf einer ganzen Liste von finanziellen Verpflichtungen.«*

Ralf besuchte ein Seminar bei mir. Inzwischen hat er der Zahntechnik den Rücken gekehrt und eine erfolgreiche Beratungsfirma. Wenn er heute über seine damalige Situation nachsinnt, meint er:

*»Damals habe ich viel zu schnell jede Idee im Keim erstickt. Ich war überzeugt zu wissen, was geht und was nicht. Dadurch war mein Horizont total eingengt. Ich hatte überhaupt keine Vorstellung, wie ich mich tatsächlich beruflich umorientieren könnte. Ich dachte, die einzige Möglichkeit, einen anderen Job zu finden, wäre, mich bei einer Firma schriftlich zu bewerben. Doch wo sollte ich meine Bewerbungsunterlagen hinschicken außer in die ungeliebte Zahntechnik? Dass der Arbeitsmarkt ganz anders tickt, mir eigentlich jede Menge Optionen offen stehen, davon hatte ich schlichtweg keine Ahnung.«*

Unabhängig von der Ursache des Jobfrusts entwickeln die Betroffenen die Überzeugung: Eine wirkliche Alternative zu ihrer jetzigen Jobmisere gibt es nicht. Sie geben sich mit einem C-Job zufrieden, statt nach ihrer beruflichen Bestimmung zu suchen. Die Mehrheit hat gar keine Idee für eine Sinn stiftende und zugleich Erfolg versprechende andere Lösung. Und falls doch, wissen sie nicht, wie sie die Idee realisieren können. Sie bleibt eine Fantasie.

Und wissen Sie, was mit den meisten Menschen passiert, wenn sie einige Zeit in solchen Verzweiflungsmomenten und Träumen gefangen

sind? Sie zwingen sich, auf den Boden der Tatsachen zurückzukommen. Dann ist die Stimme der Vernunft am Zuge. Nicht nur die eigene, sondern auch die der Familie, der Freunde und Kollegen. So war es auch bei Sabine über viele Monate und Jahre.

*Sie hasste ihren Job, wusste aber: Wenn sie sich für einen ganz anderen Job schriftlich bewerben und sich gegen andere Mitbewerber durchsetzen wollte, brauchte sie Berufserfahrung. Aber die konnte sie in einem neuen Bereich ja noch gar nicht haben! Also blieb sie besser dort, wo sie war. Und versuchte, es sich selbst gegenüber schönzureden: »Ach, so schlimm ist es doch gar nicht! Wenigstens verdienst du gutes Geld.«*

Und stimmt das denn nicht etwa? Bei aller Unzufriedenheit gibt es auch ganz gute Momente. Manchmal haben Sie ein richtig interessantes Gespräch mit einem Kollegen, telefonieren mit einem überdurchschnittlich netten Kunden. Hin und wieder gibt es Aufgaben, bei denen Sie die Zeit vergessen, und manchmal ist sogar die Chefin annehmbar. So annehmbar, dass Sie sich fragen:

*Wieso beklage ich mich eigentlich? Und wer weiß, ob andere Jobs wirklich so viel besser sind? Im Freundeskreis beklagen sich auch alle über irgendetwas: die Arbeitszeiten, die Kollegen, die Entscheidungswege, den Vorgesetzten ... Den perfekten Job scheint es einfach nicht zu geben.*

Also reden Sie sich Ihre aufkeimende Unzufriedenheit schön und ignorieren die Warnhinweise einer Joberkrankung, so gut es eben geht. Vielleicht üben Sie auch Kompensationsstrategien ein, um den regelmäßigen Missmut auszugleichen. Möglicherweise belohnen Sie sich hin und wieder mit einer Tafel Schokolade, einer Massage oder einem tollen Urlaub. Und bestimmt versuchen Sie sich mit positiven Gedanken zu motivieren, um der zunehmend schlechten Stimmung Einhalt zu gebieten.

Diese Reiß-dich-zusammen-Strategie funktioniert am Anfang sogar. Aber nach einer Zeit greift sie nicht mehr. Das Stück Schokolade oder die Massage reichen nicht mehr, Sie spüren immer öfter, dass Sie sich immer weniger gegen Ihre Lustlosigkeit zur Wehr setzen können. Ihre anfänglich vagen Gefühle werden zur Gewissheit:

*Ich bin nicht happy. Überhaupt nicht!*

Und Sie wissen, wenn Sie so weitermachen, wird es garantiert nicht besser. Nur leider haben Sie keine Idee, wie Sie aus der Jobmisere aussteigen können.

## Raus aus der Jobmisere

Die gute Nachricht ist: Ihre gefühlte Ausweglosigkeit beruht auf einem schlichten Irrglauben. Denn in Wahrheit gibt es ungeahnte und wunderbare Alternativen auch für Sie. Der Weg in die Freiheit aus der aktuellen Arbeitsunzufriedenheit ist möglich, das habe ich tausendfach erlebt. Und dieser Weg besteht aus drei einfachen Schritten:

1. Sie ermitteln systematisch Ihr Ziel: Wo möchten Sie hin?
2. Sie überprüfen methodisch Ihr Ziel auf seine Machbarkeit.
3. Sie wenden die richtige Strategie an, um Ihr Ziel zu erreichen.

Und genau diese drei Schritte beschreibt Ihnen dieses Buch: So finden Sie Ihr Ziel, so machen Sie den Realitätscheck und so bewegen Sie sich direkt auf das Ziel zu, das zu Ihnen passt. Nicht zu Ihrer Familie, zu Ihren Freunden, zu irgendeiner Firma, sondern nur zu Ihnen.

Damit landen Sie auch garantiert nicht im Wolkenkuckucksheim, sondern da, wo Sie hinwollen: in Ihrem ganz persönlichen Berufsglück.

# Warum Bewerbungen überschätzt werden

Früher oder später kommen viele Menschen an diesen Punkt: Sie meinen, sie müssen sich jetzt bewerben! Meist passiert es, wenn das Fass schon zum Bersten voll ist: mit jahrelanger Arbeit unter suboptimalen Bedingungen, mit unzähligen unbezahlten Überstunden, mit zu wenig Wertschätzung für die geleistete Arbeit und manchmal sogar mit Mobbing und Burnout. Erst wenn sie realisieren, dass sie schon längst über ihre Grenzen gegangen sind und sich in einem für sie toxischen Umfeld befinden, kommt für die meisten Arbeitnehmer der Augenblick, in dem sich aus diesem ewigen Hin und Her des Abwägens eine Entscheidung formt.

Manche kündigen aus dem Affekt heraus, sofort, ohne Plan B in der Tasche, ja sogar komplett ohne Idee, was sie als Nächstes machen wollen (was ich Ihnen auf gar keinen Fall empfehle). Andere setzen sich genervt vor den Rechner, googeln die Online-Jobportale und sagen zum Lebenspartner: *»Mir reicht's! Jetzt bewerbe ich mich!«*

Die Reißleine zu ziehen, finde ich goldrichtig: besser früher als später. Aber wenn Sie glauben, mit einer Bewerbung kämen Sie dem Berufsglück näher, dann seien Sie sich gewiss: Das geht völlig an der Realität vorbei. Wieso? Weil gute Jobs meist ganz anders vergeben werden.

## Wie Entscheider suchen

Versetzen Sie sich mal in die Lage eines potenziellen Arbeitgebers. Stellen Sie sich vor, Sie sind ein Mäuschen, das sich im Büro eines Entscheiders versteckt, der gerade bemerkt hat, dass ihm Mitarbeiter fehlen. Und Sie können ihn ganz unbemerkt bei seinen Überlegun-