

w.szene-hamburg.de

# SZENE

## HAMBURG

Seit 1973 3 Euro C4177 März 2012

Das Stadtmagazin für Hamburg!

Neo Rauch  
in der Kunsthalle

Mit  
Uni-Extra!



# CocoRosie

Weltpremiere in Hamburg

Fortbildung statt Stillstand

## SERVICE

### Karriereberatung & Coaching – Jutta Schwarz

Wie bewerbe ich mich richtig, wo liegen meine Stärken – und bin ich eigentlich glücklich mit meinem Job? Bei Fragen wie diesen hilft Karriereberaterin und Coach Jutta Schwarz



#### Welchen Stellenwert würden Sie dem Beruf im Leben eines Menschen einräumen?

Ich würde sagen, nach Gesundheit und Liebe, den höchsten. Wir Menschen definieren uns, unsere Identität und unser Selbstbewusstsein sehr stark über unsere Arbeit. Deshalb führen der falsche Job oder Arbeitslosigkeit oft schnell zu Verunsicherung oder sogar Depressionen. Es muss nicht immer bezahlte Arbeit sein, es kann auch ein Ehrenamt sein, das unserem Leben Sinn gibt. Aber es scheint ein menschliches Grundbedürfnis zu sein, durch zielgerichtete Aktivität in der Gesellschaft einen Platz zu finden und wirksam zu werden.

#### Warum bringt gerade der Job so viele Fragen und Unsicherheiten mit sich? Vor allem, was die Frage nach der persönlichen Zufriedenheit angeht?

Sie haben recht: nach Aussage einiger Studien sind circa 79 Prozent aller Deutschen unzufrieden in ihrem Job. Zum einen geht es bei der eigenen beruflichen Tätigkeit natürlich immer auch um etwas Existenzielles: wir müssen unsere Miete zahlen und wollen nicht sozial absteigen. Auf der anderen Seite werden Mitarbeiter in der modernen Arbeitswelt konstant gemessen, beurteilt und nach ihrem monetären Beitrag eingeschätzt – hier geht es um unseren Kern, unser Selbstwertgefühl. Aus meiner Erfahrung haben viele Menschen schlichtweg den falschen Job. Sie wissen nicht, was ihre besonderen Fähigkeiten und Vorlieben sind und landen daher auf einer Stelle, die gar nicht wirklich zu ihnen passt. Diese Menschen machen dann irgendwann Dienst nach Vorschrift, aber haben immer das Gefühl, dass etwas fehlt.

#### Wie helfen Sie einem Kunden, der schlichtweg nicht weiß, wo er beruflich hin möchte?

So ergeht es eigentlich sehr vielen meiner Klienten. Das wichtigste ist immer, die Fähigkeiten und Qualitäten des Klienten schrittweise herauszuarbeiten. Das führt schon oft zu einer großen Erleichterung, da die meisten Menschen "betriebsblind" gerade für ihre größten Fähigkeiten sind und die heimliche Annahme hegen, sie hätten keine wirklichen Talente. Tatsächlich hat diese aber jeder Mensch und es ist gar nicht so schwer, sie damit in Verbindung zu bringen. Daraus entwickeln wir dann im nächsten Schritt mögliche neue Job-Szenarios.

#### Ist es denn immer nur der eigene Wille und das Wissen um die eigenen Stärken, die entscheidend sind? Oder sind es nicht auch oftmals widrige Umstände wie Stellenabbau, Zeitverträge etc., die den Menschen die Chancen verwehren?

Auf jeden Fall spielen auch die Rahmenbedingungen eine wichtige Rolle. Die Arbeitswelt ist nicht nur komplexer und schnelllebiger, sondern fordert auch wesentlich mehr. Der Umgang zwischen Arbeitnehmern und Arbeitgebern ist als zunehmend distanzierter und oftmals nur auf den wirtschaftlichen Vorteil des Unternehmens reduziert zu betrachten. Aber gerade deswegen ist es um so wichtiger, einen Job zu finden, mit dem man sich voll identifizieren kann und der zu einem passt. Nur dann können wir richtig gut sein, andere von uns überzeugen und sind auf lange Sicht zufriedener. Es ist meiner Meinung nach wichtig zu verstehen, dass man unterscheiden lernen muss zwischen dem WAS und dem WIE: WAS im Äußeren passiert, das kann ich nicht immer beeinflussen. Aber WIE ich damit umgehe, das entscheidet jeder für sich selbst – in jedem Moment unseres Lebens.

Jutta Schwarz – Karriereberatung & Coaching: Palmaille 55 (Altona),  
Telefon 67 30 33 55; [www.juttaschwarz.de](http://www.juttaschwarz.de)