

Zufrieden im Beruf

Wo gearbeitet wird, kommt es zu Reibungen und Konflikten. Wichtig ist, sich diesen Schwierigkeiten zu stellen, damit die Arbeitszufriedenheit trotzdem auf einem gut lebbaren Niveau bleibt

In unserer Autowerkstatt sind wir ein Team von 5 Mitarbeitenden. Momentan ist schlechte Stimmung, jeder wurstelt vor sich hin und hält sich kaum an Abmachungen. Der Chef hat es schon mit einer Aussprache versucht, aber es hat nichts genützt. Gibt es da einen Ausweg?

Die schlechte Stimmung und die Tatsache, dass Sie und Ihre Kollegen sich nicht an Abmachungen halten, kann verschiedene Gründe haben: Fehlender Teamgeist, Konkurrenzgebaren, unstrukturierte Arbeitsabläufe, stark auseinanderdriftende Vorstellungen von Arbeitszielen und das Nichtwahrnehmen der Führungsaufgaben Ihres Chefs. Es sieht in Ihrem Fall so aus, dass dieser sich bei seinem Team offensichtlich nicht durchsetzen kann oder will. Dagegen könnten Sie direkt nichts ausrichten, sondern sich allenfalls um folgendes bemühen:

- Sie bitten Ihren Chef, sich besser durchzusetzen,
- Sie und Ihre Kollegen suchen gemeinsam nach den Ursachen der schlechten Stimmung und dem Nichteinhalten der Abmachungen. Danach erarbeiten Sie gemeinsam Lösungsvorschläge, wie Sie das künftig verbessern können,
- Sie suchen einen externen Coach, der mit dem ganzen Team (inkl. Chef) das Prozedere der Teamentwicklung durcharbeitet.

Für alle Punkte ist jedoch die Zustimmung des Chefs und/oder der Kollegen unerlässlich.

AUF KURS BLEIBEN

Konfliktmanagement im Beruf

Spannungen und Missverständnisse ruhig klären

Berufliche Lebensziele bestimmen und planen

Mit einem Zielplan zur Lebenszufriedenheit

Probleme sind zum Lösen da

Neue Strategien beim Überwinden von Hindernissen

Anmelden: eb-zuerich.ch/sinn

Ich stehe ich in der Mitte meines beruflichen Lebens. Ich arbeite in einer internationalen Handelsfirma und bin eigentlich mit meinem Job ganz zufrieden. Trotzdem beschleicht mich immer mal wieder das diffuse Gefühl, dass ich so nicht ewig weitermachen will. Was kann ich tun, um zu mehr Klarheit zu kommen?

Um diese Frage zu klären, sollten Sie zunächst überlegen, wovon Sie Ihre Lebenszufriedenheit abhängig machen: Welche moralischen, privaten oder beruflichen Ziele und Lebensinhalte sind Ihnen wichtig? Wie stellen Sie sich Ihre Zukunft in etwa 20 Jahren vor? Was müssen Sie getan haben, um dann von sich behaupten zu können: «So habe ich richtig gelebt»? Welchen Stellenwert hat dabei Ihr Beruf und welche Kriterien muss er erfüllen, um damit zufrieden zu sein?

Sammeln Sie Argumente, die für oder gegen Ihren jetzigen Job sprechen. Wir prüfen dann gemeinsam, ob diese im Hinblick auf Ihre Langfristziele realistisch und entscheidungsrelevant sind. Nach dem Gewichten und Abwägen der Aspekte entscheiden Sie, ob Sie Ihren Job so weiterführen oder die Weichen anders stellen möchten.

Anschließend können wir prüfen, welchen Einsatz Ihre Ziele erfordern und ob Sie diesen zu leisten bereit sind, oder ob Sie lieber Ihre Ziele so umstellen, dass diese mit dem Aufwand, den Sie investieren wollen, auch zu erreichen sind.



Vera Stavemann war 15 Jahre Oberstufenlehrerin in Zürich, bevor sie sich vor 13 Jahren als Coach, Supervisorin und Dozentin selbstständig machte. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind u.a. Coaching für Persönlichkeitsentwicklung und Supervision für die Reflexion beruflicher Arbeit in pädagogischen und sozialen Berufen. An der EB Zürich erteilt sie Kurse rund um Lebensziele, Kommunikation und Konfliktmanagement. Sie überwintert gern in den Tropen.