Detlef Denz
Denz Coaching & Supervision
Beratungspraxis
Hermann-Pflaume-Str. 16
50933 Köln
Postanschrift
Eisenstraße 41
50825 Köln
Tel.: 0221 - 977 18 02
Mobil: 0177 - 234 70 17
post@denz-coaching.de
www.denz-coaching.de

Sommerbrief 2012: "Berufliche Neuorientierung"

Liebe Kunden, liebe Coaching-Interessierte!

Immer wieder kommen Coaching-Kunden zu mir, die nach langer Zeit plötzlich an ihrer Berufswahl zweifeln. Sie hadern mit ihrem Job und wissen nicht mehr, ob ihr Beruf überhaupt der richtige ist. Zu mir kommen sie mit dem Wunsch nach einer **beruflichen Neuorientierung**. Insbesondere Kunden in der Lebensmitte stellen sich häufig folgende Fragen:

- Passt dieser Beruf wirklich zu mir und meiner Persönlichkeit? Oder habe ich damals in jugendlicher Verblendung einen falschen Weg eingeschlagen?
- Soll und will ich diesen Beruf wirklich weiter ausüben, womöglich bis zur Rente?
- Soll ich mich nicht lieber noch einmal ganz neu orientieren? Jetzt, mit Anfang oder Mitte vierzig, könnte ich noch etwas Neues anfangen, aber in fünf Jahren ist es dafür definitiv zu spät!

Und was schätzen Sie, welche beruflichen Alternativen die Kunden in Betracht ziehen? Besonders häufig erzählen sie mir, dass sie Schriftsteller, Schauspielerin oder Dirigent werden möchten – also in einem Beruf arbeiten wollen, der ihnen ein freies, kreatives und selbstbestimmtes Leben verheißt. Meistens wird ihnen im Gespräch aber schnell klar, dass sie nur schönen **Kindheitsträumen** nachhängen und in der entsprechenden Branche kaum reale Berufsperspektiven haben dürften.

Doch die Kunden stehen – bildlich gesprochen – vor einer Mauer. Sie ahnen, hier und so geht es nicht weiter. Sie stecken tief in einer **Krise**. Aber eine gangbare

Alternative können sie nicht erkennen. In der Folge entwickeln sie Ärger, Frustration und Wut über ihre Unfähigkeit, für sich selbst einen Ausweg zu finden.

Im Coaching gilt es nun herauszuarbeiten, **welche beruflichen Veränderungen** für den jeweiligen Kunden sinnvoll, befriedigend und realistisch sind. Manchmal stellt sich heraus, dass tatsächlich ein Arbeitsplatzwechsel oder auch eine komplette Neuausrichtung anstehen. Dann geht es darum, die neuen Wege zu planen und die ersten Schritte auf ihnen zu wagen.

Manchmal stellt sich aber auch heraus, dass eine berufliche Neuorientierung das Problem gar nicht lösen würde. Vielmehr sind einige Kunden mit "Midlife crisis" zu häufig an die Grenzen ihrer beruflichen oder sozialen Kompetenzen gestoßen und wollen jetzt einfach nur raus aus dieser **Überforderungssituation**. Wird die Überforderung vom Betreffenden erst einmal als solche gesehen und akzeptiert, dann – und erst dann – kann **an der beruflichen Weiterentwicklung gearbeitet** werden.

Zudem gilt es zu beachten, dass sich – systemisch betrachtet – das Leben nicht in Arbeit und Freizeit unterteilen lässt, sondern dass der Mensch ein ganzheitliches Erleben hat. Daher lohnt sich auch immer ein Seitenblick auf das Privatleben des Kunden: **Wie sieht die Life-Balance aus?** Welche Hobbys werden betrieben, und wie zufriedenstellend sind Partnerschaft und Freundschaften? Denn nicht selten führen Defizite im Privatleben zu einem grundsätzlichen Mangelgefühl. Dieser Mangel wird dann gerne der Arbeit zugeschrieben: dem Ärger mit den Kollegen oder dem Chef, den Umstrukturierungen im Betrieb, oder der langweiligen Routine in dem seit Jahren oder Jahrzehnten ausgeübten Beruf. So entsteht der dringende Wunsch, sich beruflich zu verändern. Jedoch führt es meist zu reinem Aktionismus oder zu Frustrationen, wenn vorschnell eine berufliche Neuorientierung eingeleitet wird.

Wenn jemand eine berufliche Neuorientierung anstrebt, kann der Coaching-Prozess folgendermaßen aussehen:

1. Analyse der Ist-Situation
2. Identifikation von Faktoren, die die Gesamtsituation prägen
3. Überprüfung der Stärken, Schwächen und Ressourcen
4. Identifikation eines zu erreichenden Zieles
5. Erarbeitung realistischer Meilensteine für die Erreichung des anvisierten Zieles

Danach fungiert der **Coach gegenüber dem Kunden als 'Lotse'**. Das heißt: Wie ein Lotse korrigiert er seine Kunden, wenn sie vom gewählten Weg abkommen. Oder er

fordert sie auf, sich neu auftretenden Problemen zu stellen und sie aus dem Weg zu räumen.

Veränderungen brauchen Zeit. Deshalb biete ich meinen Coaching-Kunden an, sie bei Bedarf auch langfristig als Lotse zu begleiten – und sie in größeren Abständen, zum Beispiel alle drei Monate, wieder 'auf Kurs zu bringen'. Das reicht oftmals schon aus, damit ein krisengebeutelter Mensch wieder 'Licht am Ende des Tunnels' sieht – und nicht nur die sommerliche Sonne am Horizont.

Allen LeserInnen wünsche ich einen sonnigen Sommer!

Mit besten Grüßen
Detlef Denz