

Doch selbst wenn die Wurzel allen Übels erkannt wurde, ist der Schritt zum Jobwechsel kein einfacher. Vor allem kostet er Mut und ist in gewisser Weise auch das Eingeständnis eines persönlichen Scheiterns. Vielen lastet der Beruf fürs Leben schwer auf den Schultern, den sie noch aus Zeiten ihrer Eltern kennen: Darf man denn eine feste Anstellung kündigen, nur weil man unglücklich ist? Früher wäre man doch auch damit zufrieden gewesen – Hauptsache man konnte die Familie ernähren und ein Mal im Jahr einen Urlaub finanzieren.

Heutzutage nimmt ein Beruf allerdings auch mehr Zeit in Anspruch, die Leute stellen also höhere, oft auch innerlich erfüllendere Ansprüche an ihn.

Die Entscheidungen aus Schul- und Studienzeiten sind demnach oft nur Vorläufer des eigentlichen Ziels. Woher kann man mit 19 Jahren schon wissen, welcher der vielen möglichen Wege der richtige ist? Außerdem: Menschen verändern sich im Laufe ihres Lebens.

So entdeckte Nicole Wilk ihr Interesse für Heilkunde erst, als es ihr selbst wegen des Jobs schlecht ging. „Von einer Kollegin bekam ich den Tipp, wegen meiner Entkräftung zu einer Heilpraktikerin zu gehen. Vorher wusste ich selbst nicht genau, was hinter dem Beruf steckt.“

Jetzt verbindet sie ihre Heilpraktikerausbildung mit einem Studium der Ernährungswissenschaften – beide Bereiche haben sie in den letzten Jahren immer stärker interessiert, beruflich wie privat.

„Die Entscheidungsfindung war bestimmt keine leichte Reise. Aber wenn man unzufrieden ist, fängt man ja irgendwann an, sich zu hinterfragen“, erzählt Wilk. „Insgesamt hat es bestimmt zwei Jahre gedauert – von den ersten beruflichen Zweifeln bis zum endgültigen Cut.“

Auch Verena von Harrach hat ihre neue Berufung entdeckt, als sie nach Hilfe für sich suchte und sie in der komplementären Medizin fand. „Als ich mich näher damit beschäftigte, merkte ich, dass ich dafür eine Begabung habe. Ich ging nach Bali und Indien, besuchte Seminare und Schamanen.“

Eineinhalb Jahre bildete sie sich neben ihrem Job weiter, „aber irgendwann merkte auch mein Arbeitgeber, dass ich körperlich und psychisch nicht mehr das leisten konnte, was er bis dahin von mir gewohnt war.“

Mir wurde gekündigt – und darüber bin ich heute froh. Es war genau der Stoß, den ich gebraucht habe, um ernst zu machen.“

Darauf folgte die Existenzgründung, Selbstständigkeit und schließlich im Jahr 2007 die eigene Praxis – von Harrach ist jetzt Heilpraktikerin für Psychotherapie und Heilerin. In vielen Menschen schlummern Fähigkeiten. Aber selbst diejenigen, die ihre Talente bereits kennen, trauen sich oft nicht, damit ihr Geld zu verdienen.

Einer, der eigentlich schon immer – zumindest im Ansatz – wusste, mit was er es mal beruflich zu tun haben möchte, ist Lutz Schülke. Für ihn gehört Musik einfach zum Leben dazu. Seitdem er vierzehn ist, spielte er in verschiedenen Bands Gitarre.

Trotzdem hat er sich nach dem Abitur für eine Ausbildung als Medizinisch Technischer Radiologie-Assistent (MTR) entschieden. Nach eineinhalb Jahren war im aber bereits klar: „Das will ich nicht für immer machen.“

Der „Turning-Point“ kam, als er nach seiner Ausbildung noch ein medizintechnisches Studium begann. Nach wenigen Monaten brach er es ab und ging zurück in seine Heimatstadt. „Dort habe ich zwar als MTR in einem Klinikum gearbeitet, währenddessen aber ein Praktikum als Tontechniker gemacht und ein Album mit meiner Band produziert.“ Danach stand für ihn fest: „Ich will mit Musik zu tun haben und in einem Bereich arbeiten, der mir absolut Spaß macht, in dem ich aufgehen kann.“

Seit einem Semester studiert Schülke nun in Hamburg an dem SAE Institute Audio Engineering. Bis er damit fertig ist und im Musik-Audio-Bereich arbeiten kann, wird er sich als MTR seinen Unterhalt finanzieren.

„Damit ermöglicht mir meine erste Ausbildung eigentlich erst meine zweite berufliche Chance...“

Es sind eben auch die Geldsorgen, die keine unbedeutende Hürde für einen anvisierten Jobwechsel darstellen.

„Man gibt ja dadurch oft einen gewissen Status auf, auch finanziell“, erzählt Nicole Wilk. Viele ihrer ehemaligen Kollegen waren selbst unzufrieden und würden gerne etwas verändern. „Aber der entscheidende Tritt in den Hintern fehlt ihnen offenbar noch.“

SZENE: Auf unseren Kleinanzeigen ab S. 158 finden Sie viele Angebote zur beruflichen Neuorientierung

## BUSINESS-COACH

**Berufliche Unzufriedenheit, Überforderung, Neuorientierung – hier bietet Stefan R. Manzow (43) in seinem „Klärungsraum“ in Eimsbüttel Beratung und Unterstützung an**



**SZENE HAMBURG: Warum sind so viele Menschen unzufrieden mit ihrem Job?**

Stefan R. Manzow: Da gibt es unterschiedliche Gründe. Zum Beispiel, weil sie an Karrieregrenzen stoßen und sich nicht weiterentwickeln können. Oder wenn die tägliche Routine oder auch die Kollegen stören.

**Und wie helfen Sie diesen Menschen?**

Meine Arbeit besteht, platt ausgedrückt, aus Hilfe zur Selbsthilfe. Die Menschen kommen aufgrund einer Krise, einer Über- oder Unterforderungssituation oder dem Wunsch nach etwas Neuem. Am Anfang steht immer eine Frage, die in meiner psychologischen Beratung geschärft und analysiert wird. Und dann wird an der Lösung gearbeitet.

**Wie läuft das Coaching dann konkret ab?**

Das erste persönliche Gespräch dauert in der Regel vier Stunden. Ich schreibe mit, frage viel, damit ich erst mal verstehe, worum es geht. Durch mein Nachfragen und mein Verstehen wollen kommt sich mein Gegenüber irgendwann selbst auf die Spur. Ist das Problem konkretisiert, überlegen wir, wie man die Ziele erreichen und umsetzen kann. Wer möchte, wird auch dabei von mir begleitet.

**Raten Sie allen unzufriedenen Menschen zu einem Berufswechsel?**

Ich rate überhaupt nicht, auch wenn das landläufig im Begriff „Beratung“ steckt. Meine Kunden wissen selbst am besten, was für sie richtig ist, das spüren sie im Laufe des Gesprächs. Ich führe vor allem durch Fragen und Zuhören zur Selbsterkenntnis. Und die hat nicht immer einen Berufswechsel zum Ergebnis, sondern oftmals nur eine veränderte Perspektive.

**Was sind denn typische Ängste vor einem Berufswechsel?**

Den gewohnten Boden zu verlassen. Man stellt sich die Frage, ob man mit den neuen Kollegen klarkommt, ob und wie man in den neuen Job reinwachsen kann – und eine große Rolle spielt auch das private Umfeld. Denn wenn man selbst noch unsicher ist, spiegelt sich diese Ambivalenz in den Reaktionen der Mitmenschen wider.

**Wie sollte jemand vorgehen, der damit nicht direkt zu einem Experten gehen will?**

Erst mal sollte man überlegen, was an der aktuellen beruflichen Situation positiv ist und was negativ. Dann sollte man herausfinden, was man an den negativen Dingen ändern kann und was nicht. Und ob das Positive ausreicht, um in dem Job zu bleiben. Außerdem muss man sich klarmachen, was ein Wechsel bedeutet, was für Veränderungen er mit sich bringt. Ein neuer Job oder ein Studium bedeutet in der Regel auch, dass man Opfer bringen muss. Ganz wichtig ist: Nicht „weg von“, sondern immer „hin zu“ arbeiten – denn sonst hängen einem die alten Probleme immer nach. Interview: Isabel Ehrlich

Business Coaching & Beratung: Margaretstraße 50 (Eimsbüttel), Telefon 27 86 76 04; [www.klaerungsraum.de](http://www.klaerungsraum.de)