

Quick-Check „Hamsterrad oder Traumberuf?“

Berufstätige müssen sich immer kräftiger abstrampeln, Leistungsdruck und Stressfaktor sind hoch. Viele fühlen sich wie in einem Hamsterrad und sind froh, wenn es endlich wieder Freitag ist. Wochenende und Urlaub bringen häufig nicht den gewünschten Effekt: kaum zurück, ist für viele die Erholung gleich wieder dahin. Was läuft falsch?
Dieser Quick-Check bezieht sich auf vier Themengebiete, die für Mitarbeiter die größte Bedeutung haben und gibt erste Hinweise darauf, was in Schieflage geraten ist.

Die Fragen

Wie zufrieden sind Sie...

- ... mit Ihren Arbeitsinhalten?
- ... mit Ihrer Entwicklungsmöglichkeit?
- ... mit Ihrem direkten Vorgesetzten?
- ... mit Ihrer Bezahlung?

Punkte:

Anleitung

Vergeben Sie zu jeder Frage eine Schulnote (1-6). Die aufaddierten Noten ergeben Ihre Punktzahl, mit der Sie in die Auswertung gehen können.

Auswertung

4-5 Punkte: Gratulation, Sie können sich glücklich schätzen! Sie haben einen echten Traumjob!

6-8 Punkte: Sie sind zufrieden mit Ihrem Beruf. Kein Grund Veränderungen anzustoßen.

9-13 Punkte: Es könnte besser sein. Von Zeit zu Zeit überlegen Sie sich, ob Sie sich vielleicht beruflich verändern sollten. Haben Sie das, was Sie sich wünschen schon angesprochen? Häufig wissen die Kollegen oder Chefs einfach gar nicht, was Sie sich vorstellen. Suchen Sie das Gespräch, indem Sie Ihre Vorstellungen sachlich platzieren. Wenn Sie merken, dass es keine Möglichkeit gibt, die Situation so zu verändern, dass Sie zufrieden damit sind, sollten Sie gegebenenfalls auch einen Wechsel ins Auge fassen.

ab 14 Punkte: Da ist etwas in Schieflage geraten! Die Frage ist immer: was muss passieren, damit Sie aus der passiven Haltung ins Handeln kommen. Fragen Sie sich selbst, wie lange Sie noch bereit sind, diese Zustände so zu akzeptieren. Suchen Sie zunächst das Gespräch mit Ihren Vorgesetzten und platzieren Sie dort Ihre Vorstellungen sachlich. Wenn Sie merken, dass Ihre Standpunkte zu weit voneinander entfernt sind, dann ist es wie mit jeder Beziehung, für die es keine Basis mehr gibt: das beste für alle Beteiligten ist, man trennt sich. Handeln Sie in diesem Fall bedacht und nicht voreilig. Bereiten Sie Ihren Wechsel gut vor und machen sich ausreichend Gedanken darüber, was bei der nächsten Stelle anders werden muss, damit sich diese Muster nicht wiederholt.

Über die Autorin



Svenja Dederichs ist Speakerin, Business-Coach, Führungs- und Personalexpertin. Ihre mehr als 25-jährige Praxiserfahrung im Personalmanagement erwarb sie im Mittelstand und bei großen Konzernen. Nach ihrem abgeschlossenen Studium der Betriebswirtschaftslehre in Mannheim wurde sie mit nur 24 Jahren eine der jüngsten Führungspersönlichkeiten eines DAX 30 Unternehmens. Heute ist Svenja Dederichs selbständige Unternehmensberaterin für den Erfolgsfaktor Personal. Sie berät und coacht Geschäftsleute auf Direktions- und Leitungsebene im deutschsprachigen Raum branchenübergreifend. In ihren Vorträgen

begeistert sie ihre Zuhörer durch ihren individuellen Perspektivenmix aus Theorie und Praxis. Mit ihrer langjährigen Erfahrung als Personalleitern stellt sie die Schnittmenge der unterschiedlichen Blickwinkel vom Mitarbeiter bis hin zur Unternehmensleitung her.

Kontakt:

Svenja Dederichs
Speakerin für Personalerfolg

Weihenweg 16
44229 Dortmund

www.svenjadederichs.com
office@svenjadederichs.com

+49 (0) 231 984 7733