



atelier artemisia - Raum für Kreativität und Bewusstseinschulung

Der Mensch in der Autogenese

von Christine Brunner

Trends moderner Arbeitswelten prägen Erwerbstätige in ihrem Wesen. Arbeitsverdichtung, Beschleunigung, Reformen, Globalisierung, Multitasking, ständige Erreichbarkeit, Informationsflut, Führungsmangel oder Angst um Arbeitsplatzverlust belasten und hinterlassen bei Betroffenen viel Verunsicherung, Erschöpfung und Ernüchterung. Es zeigen sich in Laufbahnen von Erwerbstätigen vermehrt Wendepunkte und Brüche. Instabilität ist ein Dauerzustand. Vermehrte Belastungen während Arbeitsphasen sind unvermeidbar. Berufs- und Tätigkeitsprofile wandeln sich stetig. Im Zuge dieser Entwicklung einer modernen Gesellschaft wird das Individuum herausgefordert, seinen beruflichen Weg selbst zu modellieren. Eigeninitiative wird zu einer unverzichtbaren Schlüsselkompetenz, um die Self Employability zu erhalten. Solche Veränderungen im Berufsumfeld fordern auf, über die Arbeit nachzudenken. Das war schon immer so. Neu sind die Umstände, Einflüsse und Kontexte, in denen sich Erwerbstätige und Arbeitswelt begegnen.

Was kann man persönlich tun, damit die Laufbahn nicht aus dem Beruf herausführt? Der Treiber zu beruflicher Zufriedenheit sind Selbsterkenntnis und Reflexion über das eigene Berufsverständnis. Vielfältige Fragestellungen können Ratsuchende im Prozess beruflicher Ausrichtung unterstützen: Wo stehe ich? Was biete ich? Was will ich? Wohin will ich? Was brauche ich? Wie können Sinn und Erfüllung durch berufliche Arbeit erlebt werden? Welche Bedingungen führen zu beglückendem Leben? Muss ich mich beruflich verändern, weil sich die Arbeitsbedingungen geändert haben? Oder erhellen veränderte Sichtweisen über meine Arbeit die wunderbaren, einzigartigen Seiten beruflichen Tuns?

Ich selber arbeite selbstständig im Bereich Laufbahnberatung und Personalentwicklung. In meiner langjährigen Arbeit begleite ich Menschen, die bereit sind, beruflichen und persönlichen Wandel eigenständig und kreativ zu gestalten. Da ich auch immer wieder am Vermitteln und Führen bin, kenne ich die täglichen Chancen und Risiken sowie die positiven und belastenden Situationen im Berufsalltag. Während der gesamten Beratung ist der Blick immer auf die ganze Lebensspanne gerichtet. Es geht darum, eine gelingende Beziehung zwischen dem eigenen Leben und der Arbeit zu gestalten. Verschütteten Träumen soll eine Richtung gegeben werden. Dem Aufspüren persönlicher Lebensthemen, Lebensmotiven und Visionen wird Raum gewährt. Interessen, Potenzial und Talent werden aufgedeckt. Fähigkeiten, eigene Werte und Kompetenzen sowie Erfahrungen und erworbenes

Wissen sollen festgehalten werden. Auf diese Weise können Schwierigkeiten überwunden und Selbsterkenntnis geschult werden. Auch positive Seiten der Arbeit können über das Erkannte neu fokussiert werden. Diese vertiefte Betrachtung über die Suchprozesse der Seele kann neue Ressourcen erschliessen und berufliche Ausblicke eröffnen. Erwerbstätige sind aufgefordert, sich intensiv mit dem zu beschäftigen, was ihnen in ihrem Innern wichtig ist. Das braucht Mut, Geduld und Ehrlichkeit. Als Ertrag zeigt sich die Chance, Arbeit als etwas Bedeutsames zu erleben und etwas zu tun, das beglückt und verbindet. Ob die Laufbahn dabei aus dem Beruf herausführt oder sich tiefer mit dem Beruf verbindet, ist ein Produkt aus prägenden Umweltfaktoren und dem Ergebnis eines Prozesses, auf den man selbst Einfluss nehmen kann. Ich appelliere an alle Erwerbstätigen, sich proaktiv einen erfüllenden Arbeits- und Lebensstil zu gestalten. Der Entschluss zu eigenverantworteter Lebens- und Selbstgestaltung ist ein möglicher konstruktiver Weg im Umgang mit Arbeitsbelastung.



Coach & Organisationsberaterin bso mit eigener Praxis in Belp & Bern (www.arte-misia.ch)