

Sonabend, 23. September 2006

Die alten Wahrheiten über Bord werfen

Von Gabriele Golling

Elmshorn. Neuer Arbeitgeber, eine völlig andere Tätigkeit oder andere große Entscheidungen – oftmals hindert uns etwas daran, einfach zu handeln. Und allzu oft wissen wir nicht, was es eigentlich genau ist. Schuld könnten sogenannte Glaubenssätze sein. Also eine Art „Wahrheiten“ von denen wir so fest überzeugt sind, dass sie unser gesamtes Denken, Handeln und Fühlen beeinflussen. Doch es ist eben immer nur unsere persönliche Sicht der Dinge und nicht DIE Wahrheit. Solch ein subjektives Wahrheitsempfinden findet sich auch in dem Begriff der selbst-erfüllenden Prophezeiung wieder. Diese Überlegung basiert auf dem Prinzip, dass man selbst auf die Umwelt Einfluss nimmt und sie verändert in diejenige Richtung, die man erwartet. Dadurch wird eine Erwartung zu einer sich selbst erfüllenden Prophezeiung. Doch was hat das nun mit der Suche nach dem Traumjob zu tun?

Erfolg findet vor allem im Kopf statt. Wenn man also daran glaubt, nicht gewinnen zu können, wird man auch nicht gewinnen. Natürlich ist der Glaube allein noch keine Garantie erfolgreich zu sein. Doch der große Erfolgsanteil macht es sinnvoll, eigene hinderliche Überzeugungen aufzuspüren und auch zu hinterfragen. Vielleicht ist die Zeit reif dafür, Ihre eigenen Glaubenssätze im Be-

zug auf Ihren idealen Beruf zu hinterfragen. Ein Beispiel: Jemand glaubt fest daran, dass man mit dem, was einem Spaß macht, kein Geld verdienen kann. Also wird er auch nie darüber nachdenken oder versuchen, aus seinem Hobby einen Beruf zu machen.

Finden Sie eigene hinderliche Überzeugungen, indem sie ganz spontan und unzensiert die folgenden Satzanfänge jeweils mindestens dreimal zu Ende führen: Selbstverwirklichung im Beruf ist ... , Arbeit ist ... , Meine Eltern sagten über Arbeit immer ... , Es macht keinen Spaß zu arbeiten, weil ... , Ich werde meinen Traumjob nicht bekommen, weil ... , Chefs sind ...

Vielleicht fällt Ihnen noch viel mehr ein. Schreiben Sie alles auf, was Ihnen zum Thema Arbeit an evtl. hinderlichen Gedanken kommt. Vielleicht löst sich die eine oder andere „Falschmeldung“ schon auf, wenn sie dort schwarz auf weiß steht. Bei anderen sollten Sie nach Ihrer spontanen Sammlung beginnen, diese systematisch und hartnäckig zu hinterfragen. Die nachfolgenden Fragen helfen Ihnen dabei herauszufinden, was wirklich dran ist: Ist das wirklich wahr? Kann ich wirklich wissen, dass das wahr ist? Kenne ich Gegenbeispiele? Wer sagt das eigentlich? Welche Beweise gibt es dafür? Was sagen andere dazu? Was kostet es mich, wenn ich weiter daran glaube?