

Führung - Wie kann eine berufliche Neuorientierung gelingen?

von Christian Nourney | Apr. 7, 2025 | Führung



In diesem Beitrag spreche ich einen Teil von "Führung" an, die jeden Menschen sein Leben lang begleitet - die **Selbstführung**.

Die Gedanken, die mich bei einer beruflichen Neuorientierung beschäftigen, haben viel mit dem zu tun, wer ich bin und was ich wirklich in meinem Leben möchte. Wir verbringen sehr viel Zeit in unserem Beruf; hierzu zähle ich tatsächlich auch das Leben als Hausfrau oder Hausmann, denn auch das ist eine bewusste Entscheidung.

Selbst-Check

Im Verlauf des beruflichen Lebens werden wir immer wieder vor die Situation gestellt, uns und unsere Lebensplanung zu überprüfen. Äußere Auslöser dazu gibt es dabei zahlreiche, seien es Veränderungen am Arbeitsplatz (z.B. Reorganisation, Tätigkeitswechsel, Ortswechsel) oder im privaten Bereich (z.B. Umzug, berufliche Veränderung des Partners).

Ich kann mich aber auch entscheiden, mich unabhängig davon beruflich zu verändern. Voraussetzung für eine erfolversprechende Veränderung ist, dass ich weiß,

1. wer ich bin
2. was ich selbst will

3. was ich an Wissen, Erfahrungen und Fähigkeiten mitbringe und
4. welche Möglichkeiten realistisch offenstehen.

Auseinandersetzung mit mir selbst

- Zunächst kann ich mich damit auseinandersetzen, "wer ich bin", vgl. auch meinen Blog-Beitrag 9/ 2019 "Klären der eigenen Rolle, um authentisch zu sein". Ich kann mir bewusstmachen, welche Rollen und Aufgaben ich in den unterschiedlichen beruflichen und privaten Situationen derzeit übernehme, und gleichzeitig in mich hineinspüren, wie es mir dabei ergeht. Was gibt mir Energie, was fällt mir leicht? Wo stoße ich an Grenzen und fühle mich überfordert? Wie viel "Raum" brauche ich, damit ich motiviert und zu Höchstleistungen in der Lage bin?
- Ich kann mir Gedanken darüber machen, welche Werte für mich besonders wichtig sind und für welche ich unmissverständlich einstehe. Bin ich mir zudem meiner Bedürfnisse und Wünsche auch wirklich bewusst und richte ich mich danach aus, oder neige ich dazu, sie zu ignorieren? Es ist vor Allem wichtig zu klären, ob es sich tatsächlich um meine eigenen Bedürfnisse und Wünsche handelt oder ob ich möglicherweise die Sichtweise und Einstellungen anderer Menschen übernehme.
- Selbstverständlich wird es Rahmenbedingungen und Verpflichtungen geben; ich kann diese jedoch bewusst annehmen oder ablehnen, denn auch das verschafft mir eigene Klarheit. Die innere Klärung ermöglicht es mir, mein Denken, Fühlen und Handeln in Einklang zu bringen. Eine neue berufliche Herausforderung sollte zu mir, zu meiner Persönlichkeit, zu meinen Bedürfnissen und zu meinen Wünschen passen.

Meine berufliche Vision

- Darauf baut auf zu prüfen, was ich selbst denn eigentlich beruflich tun "will". Suche ich allein nach einer bezahlten Tätigkeit oder möchte ich darüber hinaus meine "Berufung" zum Beruf machen? Was waren meine Träume, was davon wartet heute noch auf Erfüllung? Welche Art einer Aufgabe möchte ich wahrnehmen, weil sie mir wirklich Freude bereitet und mich glücklich macht?
- Ich weiß sicherlich, ob ich lieber allein oder im Team arbeite. Und möchte ich z.B. gern ein Experte sein oder strebe ich eine Führungslaufbahn an? Beides hat seinen Reiz und seine Berechtigung, doch wobei fühle ich mich wohler?
- Liegt es mir mehr, Themen zu recherchieren, Daten zu sammeln, diese zu analysieren und auszuwerten, oder möchte ich eher jemand sein, der den Prozess steuert, Entscheidungen trifft und das Team motiviert? Möglicherweise bereitet es mir Freude, andere Menschen verantwortlich zu führen, ihre Weiterentwicklung zu fördern, aber bin ich auch bereit, zwischenmenschliche Konflikte zu erkennen und wertschätzend zu lösen?

- Vielleicht macht es mir Spaß, Anderen etwas beizubringen, sie zu beraten oder auszubilden. Ich kann auch künstlerisch tätig sein, forschen, entwickeln oder mich sozial engagieren. Bevorzuge ich klare organisatorische Strukturen oder engen mich diese eher ein?
- Darüber hinaus sollte ich mir klar werden, wie mobil ich bin: Arbeite ich gern einmal im Ausland oder bevorzugt im Inland, bin ich örtlich ungebunden, und stehe ich einer Reisetätigkeit offen gegenüber? Wie flexibel darf mein Aufgabenbereich sein?
- Auf wen oder was möchte ich weitere wichtige Schwerpunkte im Leben legen, beispielsweise auf Familie, Freunde, Ort, Verein, Partei, Ehrenamt und/ oder Freizeit?
- Wichtig ist meiner Ansicht nach, dass ich mir sehr klar darüber bin, welche Art einer beruflichen Tätigkeit ich wirklich machen und wie viel Zeit ich dafür investieren will; dazu gehört auch zu wissen, was ich ausschließen möchte, obwohl oder gerade weil damit vielleicht viel Geld, Ansehen und Macht verbunden sind. Damit wird deutlich, dass ich selbst darüber entscheide, wie ich mein "Leben im Gleichgewicht" definiere, vgl. auch meinen Blog-Beitrag 12/ 2022 "Ausbalancieren der persönlichen Lebensplanung".

Meine Ressourcen

- Der (nur) auf den ersten Blick etwas einfacher erscheinende Schritt ist zu identifizieren, was ich selbst an Ressourcen - also Wissen, Erfahrungen und Fähigkeiten - mitbringe. Dabei lassen sich die "harten Fakten" noch relativ einfach zusammenstellen. Für meine Aus- und Weiterbildung sowie für meine beruflichen Stationen habe ich Nachweise in Form von (Zwischen-) Zeugnissen oder Zertifikaten erhalten. Sofern es sich um qualifizierte Zeugnisse handelt, sagen diese auch etwas über die "weichen Fakten" der Erfahrungen und Fähigkeiten aus.
- Dennoch sollte ich mir Zeit nehmen zu überlegen, welche weiteren Kenntnisse, Erfahrungen und Fähigkeiten ich erworben habe. Diese sind nicht immer spontan zu benennen, so dass ich mir besondere Situationen in Erinnerung rufen kann, die ich - in meinen Augen möglicherweise "leicht" - gemeistert habe. Welche Fähigkeiten waren in diesen Fällen gefragt? Waren das Geduld, Präzision, Ausdauer, Kreativität, Empathie, Gelassenheit und/ oder Begeisterungsfähigkeit? Vielleicht kann ich auch Personen aus meinem Umfeld fragen, welche Fähigkeiten sie besonders an mir schätzen?

Raum der Möglichkeiten

Neben all diesen Klärungen zu meiner beruflichen Neuorientierung beschäftigt mich eine weitere Frage: Was ist realistisch möglich?

- Zum einen kann ich mich über die verschiedenen Medien informieren, welche offenen Positionen mit welchen Anforderungen angeboten werden.

- Zum anderen kann ich auf mein persönliches Netzwerk an Menschen in meinem privaten und beruflichen Umfeld zurückgreifen und mich gezielt über Branchen, Unternehmen und Marktsituationen erkundigen.
- Darüber hinaus kann ich Kontakt zu Personalberatungen aufnehmen, um ergänzende Informationen zu erhalten oder Feedback zu meinen Unterlagen sowie zu meinem Profil, meinen Fähigkeiten und meinen Chancen zu erhalten.

Zeit nehmen

Insbesondere, wenn ich auf freiwilliger Basis eine berufliche Neuorientierung suche, sollte ich mir genügend Zeit dafür einplanen. Es ist ein Prozess, bei dem ich mir schrittweise klarer über meine Ziele und Wünsche werde; es hilft manchmal, Dinge aufzuschreiben und sie dann eine Weile ruhen zu lassen, wenn ich mich nicht unter Zeitdruck befinde.

Ein "Sparringspartner" - Partner, Freund oder Coach - kann mir helfen, mir meine unbewussten Themen sichtbar zu machen.

Ich freue mich über Ihr Feedback, gern persönlich,
herzlichst
Ihr Christian Nourney