

Jürgen Nawatzki, Mit Selbstcoaching zum Traumjob. Wie Sie in fünf Schritten Ihre wahre Berufung entdecken und einsetzen. Springer Gabler, 1. Auflage 2013.

ISBN: 978-3-658-01308-0

Wer hat nicht schon einmal davon geträumt, einen anderen Job auszuüben? Und wer war sich dann nicht unsicher, ob so ein Traumjob sich nach einiger Zeit dann auch wieder als wenig zufriedenstellend herausstellen würde?

Mit Hilfe der hier vorgelegten Übungen wird ein Reflexionsprozess beschrrieben, der viele verborgene Wünsche und Ideen ins Bewusstsein bringt. Grundlage für ein zufriedenes Berufsleben.

Jürgen Nawatzki bietet einen rundum gelungenen Kurs an, der den Leser schließlich konkret in die Umsetzung auf den Weg zum Traumjob bringt. Dazu fügt er viele aus anderen Publikationen mehr oder weniger bekannte Übungen zusammen. Das geschieht allerdings nicht einfach additiv, sondern geschickt verbunden, indem Ergebnisse aus erste Übungen später wieder aufgegriffen weiter geführt werden. So findet sich schon bald zu Beginn die gut bekannt Übung „Beerdigungsrede“, bei der überlegt werden soll, was ein guter Freund einem zur eigenen Beerdigung als Rede präsentieren würde. Oder ein leicht abgewandelter Fragebogen aus dem Reissprofil oder dem DISG-Persönlichkeitsprofil. Dieser erste Schritt, der mit „Erkenne dich selbst!“ überschrieben ist, nimmt mit 120 Seiten den größten Bereich in diesem Buch ein. Da es sich dabei um die Grundlagen der eigenen Persönlichkeit handelt, ist das auch gut nachvollziehbar. Ohne eine solide Basis der Selbsterkenntnis, kann eine Planung der (beruflichen) Zukunft nicht seriös vorgenommen werden.

Der zweite Schritt befasst sich dann mit den Erwartungen im (neuen) Job. Viele ausführliche Checklisten helfen ausgezeichnet dabei, keine relevanten Aspekte des beruflichen Umfeldes zu vergessen.

Im dritten Schritt geht es um die Zusammenschau des Bisherigen. Intuition und Inspiration werden geschickt angeleitet und mit nachvollziehbaren Beispielen vorgestellt. Ein Fantasiereise will diesen Prozess unterstützen. Ob das aber wirklich mit Hilfe eines Buches gelingt, mag dahin gestellt bleiben. Ich bevorzuge eher angeleitete Fantasiereisen. Hier würde sich ein Online-Medium sicher sehr anbieten. Achtsamkeit und Meditation wiederum sind kurz und prägnant angesprochen. Der vierte Schritt widmet sich den diversen Kompetenzen des Suchenden und führt dann schließlich mit dem fünften Schritt in die Umsetzung. Dabei geht es nicht gleich ums Ganze, sondern schön kleinschrittig über das Ausprobieren in die neue Arbeitsphase.

Und sollte sich herausstellen, dass der bisherige Beruf nach Abwägung aller Items noch immer geeignet ist, weiter gelebt zu werden, wäre es ein Schaden? Wichtig ist jedenfalls der Bewusstwerdungsprozess.

Für Berufseinsteiger ist dieses Buch eher nicht geeignet, gehen die Übungen doch stark auf bisherige Erfahrungen ein. So sollten einige Berufsjahre bereits erlebt sein.