

Vom Glücksgefühl, die Arbeit als etwas Bedeutsames zu erleben

«*Viele Berufstätige verkleiden sich jeden Morgen und schlüpfen in eine Rolle*», weiss *Berufscoach Thomas Diener aus unzähligen Gesprächen. In seinem Buch «Essenz der Arbeit» zeigt der 45-Jährige auf, wie es gelingen kann, Leben und Arbeit in Einklang zu bringen, statt am Beruf zu leiden wie an einer milden chronischen Krankheit.*

MATHIAS MORGENTHALER

Man stelle sich vor: Da geht eine Frau einer gut bezahlten Arbeit als Kreditkartensachbearbeiterin nach, und irgendwann wird ihr bewusst, dass ihr diese Tätigkeit gleichgültig ist, dass sie nur dann Befriedigung empfindet, wenn sie sich im direkten Austausch mit anderen Menschen befindet. Die Frau entschliesst sich, Job, Wohnung und Sicherheit aufzugeben, nach England zu reisen und dort ein Soziologiestudium in Angriff zu nehmen. Nach Abschluss des Studiums findet sie eine Stelle bei der Uno.

Man stelle sich vor: Da feiert ein junger Mann Erfolge in der Marketingabteilung eines Lebensmittelkonzerns, und eines Tages wirft er den Bettel hin und beschliesst, sich fortan um die Pflege todkranker Menschen zu kümmern. Als er sich in diesem Beruf etabliert hat, wagt er einen weiteren Neubeginn, nimmt ein Theologiestudium in Angriff, lernt Latein, Griechisch, Hebräisch, wird wieder Schüler, verkauft sein Auto, backt sein Brot selber, um Geld zu sparen.

Endlose Anpassung

Die beiden Geschichten sind wahr, aber Aufbrüche dieser Art haben Seltenheitswert. Die Sehnsucht danach ist dagegen weit verbreitet. «Viele Berufstätige verkleiden sich jeden Morgen und schlüpfen in eine Rolle», sagt der Berufscoach Thomas Diener. «Mehr als die Hälfte der Berufstätigen, die zu mir in die Beratung kommen, leiden darunter, dass es keine sinnvolle Beziehung gibt zwischen ihrem Leben und ihrer Arbeit.» Laut Diener rührt das daher, dass die meisten Menschen

bei der Berufswahl oder in Phasen der Neuorientierung die falsche Frage stellen. Sie fragen: «Was muss ich mitbringen und wie muss ich mich anpassen, damit ich auf dieses oder jenes Stellenprofil passe?» Fast niemand fragt: «Wie kann ich aus dem Brennpunkt meiner Interessen heraus meine Beruflichkeit entwickeln?»

Wer sich von der ersten Frage leiten lässt, findet vielleicht rascher eine Stelle, kommt sich aber unter Umständen selber abhandeln bei der Ausübung des Berufs. Wer nach einer Antwort auf die zweite Frage sucht, lernt nicht nur sich selber besser kennen, sondern auch, Befriedigung in der Arbeit zu finden.

Arbeit als chronische Krankheit

Thomas Diener hat beide Phasen erlebt. Nach dem Schulabschluss absolvierte er eine Lehre in einer Werbeagentur und schwor sich danach, nie mehr in einem Büro zu arbeiten. Es folgte die Zeit der Wanderjahre: Diener arbeitete in einem Kulturzentrum, reparierte und verkaufte Rasierapparate, schlug sich als Kundendienstmitarbeiter und Buchhalter durch, lebte vorübergehend auf einer Alp und versuchte sich als Naturfarbenmaler und Zimmermann. Dann nahm er eine theaterpädagogische und psychotherapeutische Ausbildung in Angriff, machte sich mit einem Büro für Kommunikation selbständig und gründete das «Alternative Branchenbuch». Viele Erfahrungen aus dieser Zeit fliessen in seine heutige Berater- und Dozententätigkeit ein.

Nun hat der 45-jährige Berufscoach sein Wissen in einem 120-seitigen Buch mit dem Titel «Essenz der Arbeit» publiziert. Diener hat keinen Ratgeber im landläufigen Sinn geschrieben. Er beschreibt zunächst schonungslos die hässlichen Facetten der Arbeitswelt, den «Arbeitnehmer als eindimensionalen Menschen», der seinen beruflichen Alltag als «milde chronische Krankheit» erlebt, die ihn nicht umbringt, aber ihn schmerzt und ihm lästig ist. Er schildert das Leiden all der Berufstätigen, welche nicht aus Überzeugung an ihrer Tätigkeit festhalten, sondern «aus Angst vor der Leere». Und er stellt fest: «Wir sehnen uns nach dem Gefühl der Begeisterung und Lebensfreude, die wir gekannt haben, als unser Leben noch ein Abenteuer war.»

Verschüttete Träume

Warum, fragt der Autor im ersten Teil seines Buches, bleiben Gefühle und Träume bei den Entscheidungen in unserer Berufslaufbahn unberücksichtigt? Wenn wir Träume mit uns tragen, ohne dass sie unserem Leben eine Richtung geben, dann werden sie zu einer «Quelle des Unglücks». Diener schildert das Beispiel einer Frau, die mehr als 30 Jahre lang als Sekretärin tätig war. Eigentlich hätte sie Kindergärtnerin werden wollen, diesen Traum hatte sie schon als Fünfjährige gehabt, aber sie

scheiterte bei der Aufnahmeprüfung zum Kindergartenseminar. Erst im Alter von 52 Jahren fand sie den Mut, den verhassten Sekretärinnen-Job aufzugeben und ihrem Wunsch, mit Kindern zu arbeiten, zu folgen.

Alchemie der Berufsnavigation

Doch wie kommt man seinen Interessen und Fähigkeiten auf die Spur? Diener vergleicht den Weg der Berufsfindung mit einem alchemistischen Prozess und den drei Phasen der Schwärzung, Weissung und Rötung. Phase 1, die Schwärzung, steht für den Prozess des «Verkohlens und Verschlackens», für jenen Moment, in dem jemand spürt, dass die innere Dynamik zum Stillstand gekommen ist. «Das Alte funktioniert nicht mehr, und das Neue ist noch nicht in Sicht», beschreibt Diener und zitiert T. S. Eliot, der das Lebensgefühl dieser Phase erfasst hat mit dem Satz: «Ich gebot meiner Seele: sei still und warte, ohne Hoffnung.» Dieses oft qualvolle Innehalten und Warten ist der Preis, den man bezahlen muss, um in Phase 2, in die Weissung, einzutreten. Sie steht für die Reinigung und Veredelung, oder – auf psychologischer Ebene – für die Inspiration. Aus der Stille, aus dem Nichts, tauchen plötzlich berührende Bilder auf, es ergeben sich Ideen und Perspektiven. Phase 3, die Rötung, steht für den Übergang zur Aktivität, zur Umsetzung. Nun zeigt sich, welche Ideen Bestand haben, wenn man wieder mit beiden Beinen auf dem Boden steht, wenn die Zeit des Handelns anbricht. Nun ordnen sich die Dinge fast von selbst.

Seiner Berufung nachgehen

Dieners Buch hebt sich durch zwei Dinge von der übrigen Karriereratgeber-Literatur ab: Erstens ermutigt Diener dazu, sich bei der Gestaltung der beruflichen Laufbahn von so kindlichen Dingen wie Wünschen und Träumen leiten zu lassen, denn er ist überzeugt: «Wenn wir uns intensiv mit dem beschäftigen, was uns wichtig ist, kommen wir früher oder später in eine Resonanz mit der Welt. Plötzlich sind wir nicht mehr sicher, ob wir von einem ‚ich will‘ geschoben werden oder ob uns ein ‚es braucht‘ zieht.» Der zweite, vielleicht noch grössere Verdienst, ist, dass Diener den schmerzhaften Aspekten der Neuorientierung viel Platz einräumt. Sich auf seine Träume und Wünsche zu besinnen, kann einen an der Rand der Verzweiflung bringen, es gilt, Gewissheiten über Bord zu werfen, Möglichkeiten loszulassen, sich der Vergangenheit und der Leere zu stellen. Das braucht Mut, Geduld und Ehrlichkeit. Als Lohn winkt die Möglichkeit, seiner eigenen Berufung nachzugehen und etwas zu tun, das von Bedeutung ist.

[i] KONTAKT UND INFORMATION

www.fairwork.com

Literatur: Thomas Diener: *Essenz der Arbeit. Die Alchemie der Berufsnavigation*. Arbor Verlag, Freiamt 2006. 120 S., Fr. 23.50.



Thomas Diener zeigt den Weg vom reinen Broterwerb zur Berufung.