

## Pressemitteilung

### Mehr Zufriedenheit im neuen Jahr? - Wann sich der Jobwechsel lohnt

*(Berlin, 17.1.13) Einer der häufigsten Vorsätze zum neuen Jahr lautet: „Ich suche mir einen neuen Job!“ Denn neben Gesundheit und Familie ist die Arbeitsstelle der wichtigste Faktor, wenn es um die Gesamtzufriedenheit eines Menschen geht. Und wenn die nicht stimmt, liegt der Schluss nahe, den entsprechenden Faktor so schnell wie möglich zu verändern. Was den Job angeht, warnt Karriereexperte Jürgen Hesse vom Büro für Berufsstrategie Hesse/Schrader jedoch vor einer übereilten Kündigung. Besser: In Ruhe analysieren, was einen wirklich stört und an welchen Stellschrauben eventuell noch gedreht werden kann.*

„Eine Bilanz der beruflichen Situation zum Jahresanfang ist durchaus sinnvoll, um nicht den Blick für die eigenen Ziele zu verlieren“, so Jürgen Hesse. „Karriere zu machen, heißt aber nicht unbedingt immer höher, schneller und weiter zu kommen, sondern bemisst sich auch in der Zufriedenheit, die ich bei der Ausübung meines Jobs empfinde.“ Der Karriereberater benennt als die vier Hauptquellen der Freude oder eben auch des Leids im Berufsleben: den Vorgesetzten, die Kollegen/Kunden, die Aufgaben und die Bezahlung/Arbeitskonditionen. Diese vier Komponenten gilt es zu betrachten, wenn sich die Frage stellt:

Besser wechseln oder doch noch bleiben?

1. Der Vorgesetzte: Was für ein Typ Mensch ist mein Chef? Arbeite ich gerne für ihn? Werden meine Leistungen durch ihn anerkannt und gewürdigt? Beruhen Probleme allein auf seiner Persönlichkeit oder gibt es noch Wege, die zu einer Verbesserung der Zusammenarbeit führen könnten?)
2. Kollegen/Kunden: Wie klappt es mit dem täglichen Ablauf Arbeitsablauf und der Kommunikation im Team? Was denke ich über meine Kollegen/Kunden? Wie stehen meine Kollegen/Kunden zu mir?
3. Aufgaben: Kann ich mich mit ihnen identifizieren? Bin ich über- oder unterfordert? Erzähle ich anderen gern von meinem Job?
4. Bezahlung/Konditionen: Entspricht mein Gehalt meinem Einsatz und wie lange brauche ich, um mich von der Arbeit zu erholen?

Ein Arbeitsplatz, bei dem alle vier Komponenten zusammen 100prozentig positiv zu bewerten sind, gibt es laut Hesse nicht. Schlechte Ergebnisse in einem Bereich können durch besonders gute Ergebnisse in einem anderen ausgeglichen werden. Manchmal hilft das Gespräch mit dem Vorgesetzten, den Kollegen oder der Personalabteilung, um Probleme und Unzufriedenheit aus der Welt zu schaffen. Darüber hinaus empfiehlt

Büro für Berufsstrategie GmbH  
Oranienburger Straße 4-5  
10178 Berlin

**Büro für Berufsstrategie**  
 **Hesse/Schrader**  
Die Karrieremacher.

es sich, seine Probleme auch mit unvoreingenommenen Freunden oder mit einem Berater zu erörtern. Wer völlig unüberlegt und im Affekt kündigt, läuft Gefahr, auch im neuen Job unzufrieden zu sein. Stellt sich bei der persönlichen Auswertung jedoch das Gefühl ein, dass eigentlich gar nichts stimmt und auch nichts mehr getan werden kann, ist ein Jobwechsel angeraten. Aber auch dann gilt: Nur nichts überstürzen, sondern zielgerichtet planen.

### **Das Büro für Berufsstrategie Hesse/Schrader**

Das 1992 gegründete Büro für Berufsstrategie Hesse/Schrader zählt zu den renommiertesten Karriereberatungsunternehmen Deutschlands und ist gleichzeitig ein bundesweit tätiger Weiterbildungsträger. Hervorgegangen ist es aus den erfolgreichen Berufs- und Karriereratgebern der Autoren Jürgen Hesse und Hans-Christian Schrader mit über sechs Millionen verkauften Büchern.

Das Büro für Berufsstrategie Hesse/Schrader unterstützt jährlich über 2.000 Klienten durch individuelle Beratungen und Coachings und über 10.000 Teilnehmer in mehr als 700 Seminaren und Vorträgen zu allen Themen rund um Bewerbung, Beruf, Karriere, Kommunikation und Personalentwicklung.

#### **Ansprechpartner:**

##### **Presse**

Alexandra Jabs  
Oranienburger Straße 5  
10178 Berlin  
Telefon: 030 28 88 57 14  
[alexandra.jabs@berufsstrategie.de](mailto:alexandra.jabs@berufsstrategie.de)