

Warum es uns so schwerfällt, Neues zu wagen

Von Patrizia Patz

„Wenn Sie morgen 10 Millionen im Lotto gewinnen, würden Sie Ihren jetzigen Job behalten?“ Wenn Sie darauf mit JA antworten, haben Sie wohl einen Beruf, den Sie lieben, der vielleicht sogar Ihrer Berufung entspricht. Haben Sie mit NEIN geantwortet, dann machen Sie Ihren Job eher aus Gründen der finanziellen Sicherheit als aus Passion.

Vielleicht gehören Sie auch zu den Menschen, die mit ihrer beruflichen Situation unzufrieden sind und kostbare Lebenszeit nicht mehr mit einem Beruf vergeuden wollen, der sie nicht erfüllt. Sie suchen schon lange nach Ihrem Traumjob? Aber irgendwie stecken Sie fest. Sie haben Bücher gewälzt, Persönlichkeits-Tests durchgeackert oder in ein Coaching investiert, um herauszufinden, worin Ihre Berufung besteht. Vielleicht wissen Sie dadurch sogar, was Ihre Talente sind und was Sie gerne tun würden. Und trotzdem machen Sie immer noch den gleichen Job, tagein tagaus, vielleicht sogar in derselben Firma? Warum will es uns trotz der Unzufriedenheit nicht gelingen, etwas zu verändern?

Hindernis Nr. 1: Mangelnde Klarheit

Schon die eigene Berufung zu finden, ist schwer. Unsere Kultur ist nur wenig darauf eingestellt, das Potenzial des Einzelnen zu fördern. Die Generation unserer Eltern hat noch die zu ihrer Zeit gültigen Regeln zum Thema Arbeit internalisiert und gibt sie an uns weiter. Ein sicherer Arbeitsplatz und ein regelmäßiges Gehalt stehen in vielen Köpfen immer noch weit vor Selbstverwirklichung und Sinn erfülltem Tun. Unser Schulsystem presst uns in ein Programm, in dem jeder alles gleich gut können muss, um zu bestehen. Einzeltalente außerhalb des „Lehrplans“ verkümmern, weil sie für unwichtig angesehen werden.

Nach diesem langjährigen „Gleichmachungsprozess“ soll der junge Mensch sich dann für einen Beruf entscheiden. Auch hierbei bekommt er nur wenig Hilfe. „Mach doch eine Banklehre. Da hast du was Vernünftiges.“ Solche oder ähnliche Ratschläge aus dem Umfeld machen das Dilemma deutlich: es wird eher nach Erfolg versprechenden Karrieren im Außen gesucht, anstatt herauszufinden wofür der Berufssuchende brennt. So beginnt die langjährige Odyssee durch die

Arbeitswelt, im scheinbar sicheren Hafen der Mittelmäßigkeit, die im schlimmsten Falle damit endet, dass wir sehnsüchtig auf die Rente warten.

Hindernis Nr. 2: Unsere unbewussten Hürden im Kopf

Aber selbst, wenn wir wissen, was unser Traumjob ist, tauchen die nächsten Hürden auf, die uns davon abhalten, ins Tun zu kommen. Das Problem: wir glauben, diese Hürden sind die Umstände, in denen wir leben – die Kinder, das liebe Geld, die Regierung, der Arbeitsmarkt. Was uns nicht bewusst ist: wir stehen uns selbst im Weg! Nicht die Umstände sind dafür verantwortlich, dass wir unser Ding nicht machen, sondern die Hürden in unserem Kopf.

Wir ticken im Überlebensmodus

In unserer modernen Kultur werden wir von Kindheit an auf Sicherheit konditioniert. Es wird uns beigebracht, dass die sicherste Art zu überleben in einer festen Anstellung mit Kranken-, Renten- und Arbeitslosenversicherung besteht. Wir opfern alles dafür, um uns sicher zu fühlen. Und je mehr wir uns an Sicherheit und Komfort gewöhnt haben, desto schwerer fällt es uns, unsere Komfortzone zu erweitern. Jede kleinste Veränderung wird dann als lebensbedrohlich angesehen und muss unbedingt vermieden werden. Das eigene Ding zu machen, rückt in unerreichbare Ferne.

Wir glauben unseren eigenen Geschichten

Wir Menschen sind nicht mit der Welt direkt in Beziehung, sondern über die Art und Weise, wie wir über die Welt denken. Unsere Geschichten über die Welt formen unsere Realität und beeinflussen unsere Wahrnehmung. Und sie bestimmen auch das Ausmaß der Möglichkeiten, die uns zur Verfügung stehen.

- »Ich würde ja gerne XY machen, aber damit verdient man kein Geld.«
- »Da müsste ich ja erstmal ein Studium machen. Sonst nimmt mich doch keiner ernst.«
- »Da gibt es schon so viele, die das machen. Da habe ich doch keine Chance, reinzukommen.«

Wir halten diese Geschichten unbewusst für wahr und gehen nicht weiter, da es laut der Geschichte unmöglich ist!

Wir haben Angst vor der Angst

Angst ist in unserer Kultur ein verschmähtes Gefühl. Wir **sollen** keine Angst fühlen (Feigheit) und wir **wollen** keine Angst fühlen (Unsicherheit). Das ist zumindest unsere erlernte Geschichte über Angst. Diese Prägung führt dazu, dass wir unsere Angst ins Unbewusste verdrängen, um sie nicht zu fühlen, und möglichst alles vermeiden, was uns Angst macht. So werden wir zu Kontrollfreaks und Komfortzonenbewohnern.

Wenn wir neue Wege gehen wollen, um unser Ding zu machen, ist Angst allerdings unvermeidlich! Solange wir keine Angst fühlen wollen, müssen wir darauf verzichten, Neues zu wagen.

Wege aus dem Dilemma

Wir stecken also in einem Dilemma fest. Auf der einen Seite der Wunsch nach Veränderung und auf der anderen Seite die Hürden im Kopf, die uns daran hindern. Wie können wir dem entkommen, um endlich unser Ding zu machen?

1. **Schmerz der Unzufriedenheit als Treibstoff nutzen.** Wir können unterschiedlich mit Schmerz umgehen. Wir können jammern und uns als Opfer sehen oder die Botschaft im Schmerz ernst nehmen und dafür nutzen, unsere Grenzen zu erweitern.
2. **Sich bewusst machen: Sicherheit eine Illusion – und schrittweises Vorgehen.** Sein Ding zu machen, heißt nicht, sofort auf volles Risiko zu gehen. Wir können schrittweise vorgehen und so die Erfahrung machen, dass wir nicht sofort sterben, wenn wir Neues wagen.
3. **Sich mit der eigenen Angst anfreunden.** Angst ist unsere Verbündete, wenn es darum geht, Neuland zu entdecken. Angst lässt uns wach, vorsichtig und kreativ sein. Wenn Angst für uns okay ist, können wir erste Schritte in unbekanntes Gebiet machen.



Patrizia Patz

Ich mach mein Ding

Wie du Beruf und Berufung vereinst

1. Auflage BusinessVillage 2021

ca. 220 Seiten

ISBN-Buch 978-3-86980-599-3 19,95 Euro

ISBN-PDF 978-3-86980-600-6 15,95 Euro

ISBN-EPUP 978-3-86980-601-13 15,95 Euro

Pressematerialien:

<https://www.businessvillage.de/ich-mach-mein-ding-/eb-1120.html>

Die Autorin

Patrizia Patz ist die evolutionäre Krustensprengerin. Als Profi-Trainerin und Coach begleitet sie seit über siebzehn Jahren Menschen und Organisationen über die Grenzen ihrer Konditionierung hinaus zu mehr Möglichkeiten und authentischer Lebendigkeit. Sie ist Expertin für die Verbindung von Emotion und Ratio, sodass ihre Kunden neben wirksamen Lösungen auch die Kraft ihrer Gefühle zurückgewinnen.

» www.emotional-empowerment.de



Über BusinessVillage

BusinessVillage ist der Verlag für die Wirtschaft. Unsere Themen sind Beruf & Karriere, Innovation & Digitalisierung, Management & Führung, Kommunikation & Rhetorik und Marketing & PR. Unsere Bücher liefern Ideen für ein neues Management und selbstbestimmtes Leben. BusinessVillage macht Lust auf Veränderung und zeigt, was geht. Update your Knowledge!