

So gelingt der berufliche Neuanfang

Ob Unzufriedenheit im Job, gesundheitliche Gründe oder der brennende Wunsch, beruflich endlich das zu machen, was man schon immer machen wollte – Studien zufolge denken mehr als 50 Prozent aller Arbeitnehmer aktiv über einen Jobwechsel 2023 nach. Und die Zeit dafür ist gut: Die Wirtschaft sucht aktuell so viele neue Mitarbeitende wie nie zuvor. Damit der berufliche Neuanfang gelingt, sollte er dennoch wohlüberlegt sein. Vier Dinge können Sie dabei beachten.

(1) Nehmen Sie sich Zeit

Eine berufliche Veränderung ist ein Prozess, den man nicht 'übers Knie brechen' kann. Wenn man mitten im Berufsleben steht und Familie hat, dauert das schnell mehrere Monate. Mit guter Planung minimieren Sie die Zeitdauer dafür, die Anstrengung dabei und die Risiken, die damit verbunden sind. Analysieren Sie zuerst, was genau sich ändern soll. Wollen Sie Ihren Job wechseln oder beruflich in eine ganz neue Richtung gehen? Setzen Sie sich ein klares Ziel und besprechen Sie Ihre Pläne auch mit der Familie und mit Freunden. Eine so weitreichende Entscheidung trifft man besser, wenn man sie nicht allein trifft. Vielleicht lohnt sich auch eine professionelle Beratung bei einem Karrierecoach. Eine objektive Einschätzung von außen zeigt oft neue Chancen und Perspektiven auf. Sobald Sie wissen, wohin Sie beruflich gehen wollen können Sie sich ein klares Ziel setzen und einen konkreten Plan machen, was Sie genau tun müssen, um Ihr Ziel zu erreichen.

(2) Informieren Sie sich über Ihre Möglichkeiten

Recherchieren Sie, inwieweit sich Ihre Vorstellungen auch tatsächlich umsetzen lassen. Wie sieht der Arbeitsmarkt aus? Gibt es in dem Berufs- und Tätigkeitsfeld, in dem Sie arbeiten wollen, genügend offene Stellen? Laut statistischen Erhebungen sucht die Wirtschaft aktuell so viele neue Mitarbeitende wie nie zuvor – trotz Pandemiefolgen und Energiekrise aufgrund des Ukrainekriegs. Besonders in den Bereichen Verkehr und Logistik, Verkauf, Medizin und Gesundheit, Handwerk, Metall- und Elektroindustrie, Pflege und in Erziehung werden händeringend Fachkräfte gesucht. Die Zeit für einen beruflichen Neuanfang ist also gut.

(3) Prüfen Sie Ihre Voraussetzungen

Auch wenn der Wunsch groß ist, den Job schnell zu wechseln oder beruflich noch einmal in eine ganz neue Richtung zu gehen, sollten Sie sorgfältig prüfen, welche Voraussetzungen Sie dafür mitbringen. Sind Sie fit für den Arbeitsmarkt? Haben Sie die notwendigen Qualifikationen, Fähigkeiten und Kenntnisse? Vielleicht müssen Sie sich zunächst erst nebenberuflich fortbilden oder gar eine ganz neue Ausbildung absolvieren, um Ihr Ziel zu verwirklichen. Planen Sie die zeitlichen und finanziellen Ressourcen dafür ein. Und wie sieht es mit der Jobsituation an Ihrem Wohnort aus? Wenn Sie zum Beispiel nicht umziehen können, weil Ihre Eltern schon alt sind und langsam pflegebedürftig werden oder weil Ihre Kinder in derselben Schule bleiben sollen, muss es vor Ort Stellen geben.

(4) Werden Sie aktiv

Gehen Sie Ihr berufliches Veränderungsvorhaben aktiv und systematisch, geplant und konsequent an. Was werden Sie wie und bis wann konkret tun, um Etappenziele und Ihr großes Ziel zu erreichen? Stellensuche in Jobbörsen, Bewerbungsunterlagen aussagekräftig erstellen, LinkedIn- und/oder XING-Profil auf den neuesten Stand bringen, auf Vorstellungsgespräche vorbereiten, fehlende Qualifikationen aneignen, eigene Kündigung vorbereiten, etc. Legen Sie einen Zeitplan fest, wann Sie die einzelnen Punkte angehen. Dadurch steigen Ihre Aussichten auf Erfolg. Und beachten Sie: Auch wenn Jobwechsel und berufliche Neuanfänge keine Seltenheit mehr sind und von Arbeitgebern mittlerweile akzeptiert werden, Personaler ticken anders und sind von Natur aus kritisch. Im Job-Interview wird genau hinterfragt werden, warum Sie sich verändern wollen. Als Grund anzugeben, dass Sie unzufrieden mit dem Chef sind oder zu wenig Gehalt bekommen wäre keine gute Idee. Punkten Sie im Gespräch mit einer überzeugenden Hin-zu-Motivation.

Fazit

Ein beruflicher Neuanfang, egal ob Jobwechsel oder Richtungswechsel, ist kein Selbstläufer. Sie müssen aktiv werden. Zeit, Energie und vielleicht auch Geld investieren. Mit eigenen Zweifeln, Unsicherheit und Vorbehalten umgehen. Lassen Sie sich davon nicht abschrecken. Setzen Sie sich ein klares Ziel. Nehmen Sie sich Zeit für die nötige Vorbereitung. Machen Sie einen konkreten Plan. Und werden Sie aktiv. Wenn unterwegs Fragen oder Hindernisse auf Ihrem Weg auftauchen, dann scheuen Sie sich nicht davor, professionellen Rat einzuholen. Viel Erfolg für Ihren beruflichen Neuanfang 2023.

Autoreninformation

Der Diplom-Psychologe Hans-Georg Willmann ist zertifizierter Coach (Berufsverband Deutscher Psychologen) und Mitglied der DGfK. Er berät Menschen in beruflichen Veränderungssituationen



und Krisen weltweit, schreibt Bücher und lebt und arbeitet seit 2016 in Australien.
<https://www.dgfk.org/dgfk-berater-hans-georg-willmann.html>