



Begleiterin auf dem Weg ins Glück: Christiane Maschetzke macht Menschen Mut, ihr Leben zu verändern.

FOTO: SARAH JONEX

TRAUMJOB

Coaching zum Glück

Die Trainerin Christiane Maschetzke zeigt ihren Seminarteilnehmern, wie sie auch ohne Stellenausschreibung und Jobvermittlung den für sie perfekten Arbeitsplatz finden können.

VON HEIDI HAGEN-PEKDEMIR

Traumjob oder Tortur? Menschen, die morgens das Haus mit einem Lächeln verlassen, sich auf die Arbeit und Kollegen freuen, sind selten. Viele sind unzufrieden mit ihrem Job, wünschen sich eine Veränderung. Doch wissen sie meist nicht genau, was sie wollen und wie sie etwas verändern können. Vielen fehlt auch häufig der Mut dazu.

Um den Zug des Lebens in eine neue Richtung zu lenken, können Menschen wie Christiane Maschetzke bei der Weichenstellung helfen. Die 46-

Jährige arbeitet als Life-Work-Planning-Trainerin. Bei ihren Seminaren erfahren Jobsuchende, wie sie eine neue Tätigkeit finden, die zu ihnen passt – ohne auf entsprechende Stellenanzeigen warten zu müssen. Die Methode, nach der Maschetzke arbeitet, ist das seit 40 Jahren bewährte Life-Work-Planning. „Life, also das Leben, steht an erster Stelle“, erläutert sie. „Der Mensch ist Ausgangspunkt für die Frage, wo er beruflich hin will, nicht der Arbeitsmarkt oder die Beschäftigungsprognosen.“ Deshalb könnten Jobsuche mit dieser Methode herausfinden, was sie

wirklich beruflich möchten und wo sie sich auf dem Arbeitsmarkt einbringen könnten. Life-Work-Planning (LWP), das systematische praxisorientierte Verfahren für Menschen, die Arbeit suchen oder sich beruflich neu orientieren wollen, hat auch bei einer Reihe von Maschetzkes Klienten bereits vieles verändert.

Da ist zum Beispiel die Frau, die es nach abgeschlossenem BWL-Studium in eine andere Stadt verschlagen hat. „Sie hat privat immer gern organisiert und wollte das auch beruflich gern ma-

chen“, sagt die Trainerin. Ihren neuen Arbeitsplatz fand die Jobsuchende schließlich bei einem Konzertveranstalter. Traumhaft gelaufen ist es auch für einen Rentner, der sich für Psychologie interessiert und auch gern nach Fehlern sucht. Der Mann bekam Arbeit als Korrektor in einem Fachbuchverlag, in der Nähe seiner Wohnung. Glücklicherweise ist auch die Architektin, die sich von der Baustelle verabschieden konnte und ihre Erfahrungen von dort jetzt als selbstständige Designerin von Möbeln und Badezimmer-Ausstattungen nutzen kann.

Doch nicht alle Klienten mussten unbedingt den Arbeitgeber wechseln oder sich selbstständig machen, um sich ihren Fähigkeiten entsprechend verändern zu können. „Bei manchen genügte schon ein Gespräch mit dem Chef“, sagt Maschetzke. „Personalleiter sind davon meist begeistert. Sie mögen Menschen, die die Initiative ergreifen und sich sichtbar machen.“

Wie das konkret funktioniert, lernen die Um- oder Aussteiger in den Seminaren der Trainerin. Meist sind es Menschen, die schon lange die gleiche Arbeit machen, den Wunsch nach Veränderung spüren, aber nicht genau wissen, was sie wirklich wollen. Das sollen sie dann in der Gruppe gemeinsam herausfinden. Die Teilnehmer: Frauen und Männer zwischen 19 und 62 Jahren, Sozialarbeiter, Bankangestellte oder Professoren zum Beispiel.

Die meisten blicken auf eine 5- bis 20-jährige Berufserfahrung zurück. Manche suchen für sich eine völlig neue Richtung, andere wollen eher eine Bestätigung für bereits getroffene Entscheidungen. Eine weitere Gruppe wünscht sich Werkzeuge, um den Arbeitsmarkt für sich systematisch zu erforschen. Im Laufe des Seminars haben alle die Möglichkeit, sich untereinander auszutauschen und gegenseitig zu stärken. Im „Spiegel der Gruppe“ ergäben sich dann immer wieder Situationen, um ein strukturiertes Feedback von anderen zu bekommen, schildert Maschetzke den Ablauf ihrer Workshops.

Laut Maschetzke Life-Work-Planning nutzt das kreative Potenzial der Gruppe. „Die Ideen und Rückmeldungen anderer Teilnehmer helfen, eigene Scheuklappen bei der beruflichen Planung abzulegen und neue berufliche Wege zu entwickeln“, sagt sie. „Ich ermuntere sie dazu, dass sie ihre Interessen und Fähigkeiten selbst herausfinden und die auch nach außen hin kommunizieren, in Worte fassen also“, erläutert die Expertin ihr Konzept. „Dazu stelle ich den Rahmen, ich gebe nichts vor.“ Eigene Ideen entwickeln, Visionen sichtbar werden lassen, einfach mit anderen Menschen ins Gespräch kommen – und damit der Traumverwirklichung ein Stück näher, all das sei in der Gruppe möglich.

Die Trainerin selbst gibt ihren Klienten im Laufe des zwölf-tägigen Seminars konkrete Hinweise an die Hand: Wer kann etwa Existenzgründern bei der Steuererklärung oder beim Marketing helfen? Wie lässt sich

systematisch ein Netzwerk knüpfen. Was kann man damit erreichen? Maschetzke hat ebenfalls den Wechsel geschafft. Nach dem Soziologie-Studium in die Selbstständigkeit als Trainerin. Sie weiß auch, wie frustrierend für viele die Jobsuche sein kann. „Dabei gibt es so viele Tätigkeiten, für die keine fest umrissene Berufsbezeichnung existiert.“ Starre Festschreibungen seien ihrer Überzeugung nach meist irreführend und einengend. Auch sollten Jobsuchende nicht als Bittsteller auftreten. Stattdessen empfiehlt sie eine „hilfreiche Grundhaltung“, etwa zu sagen: „Ich bin neugierig und bereit, etwas Neues auszuprobieren.“

Schon vor ihrer Selbstständigkeit hat sich Maschetzke mit dem Thema Life-Work-Planning ausgiebig beschäftigt. Was sie schließlich überzeugt hat, sich zur Trainerin ausbilden zu lassen, waren die Vorteile dieser Methode unter anderem für Stellensuchende. „Die Absolventen brauchen weder auf Stellenausschreibungen noch auf Vermittlungsglück zu warten“, sagt sie. Jeder könne direkt mit seiner persönlichen Marketingkampagne starten.

Zudem verspreche die Methode das „Ende des Sich-verstellen-müssens“. Anstatt sich zu verbiegen, um den vermeintlichen Idealbildern zu entsprechen, suche man nach der Organisation, für die man „in Ordnung“ sei, so wie man ist.

So genannte LWP-Seminare sind für jeden zugänglich. Unabhängig von Alter, Ausbildung und Beruf. „Wichtig ist allerdings, dass jeder Teilnehmer weiß, dass mit dem Seminar sehr viel Arbeit verbunden ist“, sagt die Trainerin. „Es erfordert ein hohes Maß an Energie und Zeit.“ Insgesamt geht es bei den Workshops um drei Kernbereiche, um das Was, das Wo und das Wie. Etwa: Was für Leistungen möchte ich dem Arbeitsmarkt anbieten? Wo, in welcher Firma oder Branche? Und schließlich: Wie finde ich die Arbeitgeber, die so sind, wie ich sie gern haben möchte, beziehungsweise: Wie schaffe ich es, in solche Firmen hinein zu kommen?

„**Wie finde ich die Arbeitgeber, die so sind, wie ich sie selbst gern haben möchte?**“

BEWERBUNGSTIPPS

So rückt der Traumjob ein Stück näher



FOTO: ISTOCK

VON PAULINE SICKMANN

Manche Fehler geschehen aus Unaufmerksamkeit, andere aus Unwissenheit. Doch viele lassen sich vermeiden, wenn Bewerber von Beginn an richtig vorgehen. Ein Überblick typischer Fehler – und wie es besser geht.

Ein Großteil der Bewerbungen klingt identisch, kritisiert der Personaler Volker Klärchen aus Hamburg. Nach der Begrüßung folge ein nacherzählter Lebenslauf und dann eine Menge Adjektive à la „zuverlässig“ und „teamfähig“ – Standardformulierungen aus dem Internet. Obwohl der Einzelne viel Zeit und Mühe investiert, erhält der Personaler mehr oder weniger gleiche, und viel zu lange Anschreiben. „Personaler haben im Schnitt 90 Sekunden für eine Bewerbung – zu viel Text ist vergebene Liebesmüh“, sagt Klärchen.

Stattdessen sollte das Anschreiben nie länger als eine Seite sein, der Lebenslauf höchstens zwei bis drei Seiten umfassen und umgekehrt chronologisch aufgebaut sein. Damit das Anschreiben authentisch ist, rät Klärchen: „Am besten schreibt man nicht sofort los, sondern nutzt die Diktierfunktion von seinem Smartphone und stellt sich frei heraus vor.“

Gerade größere Unternehmen setzen vermehrt auf Bewerbungen über Online-Portale oder per E-Mail. Auf dem digitalen Weg ist pdf als Dateiformat Pflicht. Auch die Größe der Datei ist wichtig: „Mehr als vier Megabyte sollte der Anhang nicht umfassen“, sagt André Schaefer von der Online-Jobplattform *Stepstone*. Rechtschreibfehler seien oft nicht so schlimm – es sei denn, es gehe um einen Texterjob.

Nicht nur der Inhalt, sondern auch Formulierungen zählen. Der Konjunktiv etwa hat im Anschreiben nichts verloren, genauso wie passive Formulierungen und „man“ statt „ich“, findet Klärchen. Wer die Stellenanzeige sorgfältig studiert, kann weitere Fehler vermeiden, etwa falsche Ansprechpartner oder unvollständige Unterlagen. Auch mit einem strukturierten Layout punkten Bewerber, denn dann sehen Personaler alle erforderlichen Informationen auf einen Blick.

„Gezielte Bewerbungen sind das A und O“, sagt Fabian Prudencia de Almeida von der Dahmen Personalservice GmbH. Der Arbeitsmarkt habe sich komplett gedreht. In vielen Branchen herrsche ein Mangel an Fachkräften – Unternehmen freuen sich über fähige Bewerber. „Wer sich gut vorbereitet gezielt auf einen Job bewirbt und sich nicht unter Wert verkauft, hat große Chancen auf die Stelle“, sagt er.