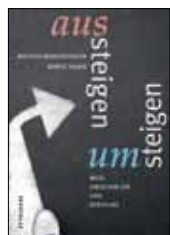


Einst Jurist, ist Marco Zaugg selbst umgestiegen und begleitet seither Menschen, die sich beruflich verändern. Mit der FURCHE sprach er über die sensible Umbruchphase, das Leiden, das Leute aus ihrem gewohnten Umfeld stößt, und die Sehnsucht, die sie plötzlich zieht.

„Eigene Luftschlösser nicht gleich töten“

Das Gespräch führte
Sylvia Einöder

In den letzten 15 Jahren hat der Schweizer Coach und Prozessbegleiter Marco Zaugg viele Menschen begleitet, die beruflich neue Wege gesucht haben. Doch warum bleiben Um- und Ausstiege die Ausnahme, was hält uns zurück, und wovon hängt eine gelingende Veränderung ab?



DIE FURCHE: Was ist das Spannende an der Arbeit mit Umsteigern?

Marco Zaugg: Die Leute kommen meist in der Krise zu mir. Entweder sind sie frustriert, es geht in Richtung Burn-out oder Midlife-Crisis, oder sie erinnern sich an ihre Ideen und Träume. Viele haben Erfolg und verdienen gut, sind aber trotzdem irgendwie unbefriedigt. Zu sehen, wie sich aus dieser Pattsituation heraus etwas in Bewegung setzt und einen Weg bahnt, ist sehr bereichernd.

DIE FURCHE: In welchen Situationen bricht der Wunsch nach Veränderung aus?

Zaugg: Entweder ist es das Leiden, das stößt, oder eine Sehnsucht, die zieht. Es kann auch beides sein. Das Leiden kann chronisch sein, oder es schlägt plötzlich ein Blitz in die Gewohnheit ein: Ein neuer Chef, ein Firmenverkauf, eine Erkrankung. Plötzlich bin ich gezwungen, nachzudenken: Bin ich hier noch richtig? Veränderung heißt für manche, einen ganz anderen Job zu machen, für andere kann es heißen, eine neue Einstellung zum alten Job zu finden.

DIE FURCHE: Warum sind so viele im falschen Job gelandet?

Zaugg: Viele gehen den Weg des geringsten Widerstandes. Sie machen die Matura, weil die Eltern auch am Gymnasium waren oder folgen sonst dem, was naheliegender ist. Sie machen zwar Karriere, aber es bleibt etwas Diffuses, Unerfülltes. Wenn die Leute nur mit der Frust-Variante zu mir kommen, muss ich schauen: Wo ist auch Kraft, die zieht? Aber wie schon Nietzsche betonte: Es gibt kein Recht auf Glück. Das kann ich auch als Coach nicht versprechen. Ich erinnere mich an einen Klienten, der bei der Steuer arbeitet, es tödlich langweilig findet und unbedingt einen Wechsel will. Als ich ihm vorschlage, seine Träume aufzuschreiben, meint er, das sei zu anstrengend. Man kann niemandem zum Glück zwingen. Es gibt auch Leute, die bleiben in ihrer Sauce. Oft gibt es aber eine innere Stimme, die gerne möchte.

DIE FURCHE: Wie kann man Luftschlösser von realistischen Wünschen unterscheiden?

Zaugg: Das Unbekannte macht Angst. Elias Canetti schreibt in „Masse und Macht“: „Nichts fürchtet der Mensch mehr als die Berührung durch Unbekanntes“. Deshalb ist es sich wichtig, sich in einen Veränderungsmodus zu begeben, also Gewohnheiten zu ändern und kleine Veränderungen ins Leben zu bringen: Mal woanders essen zu gehen, ans Meer zu fahren statt immer in die Berge. Beim Brainstorming von Ideen sollte es anfangs keine Zensur geben. Erste Ideen sind empfindliche Pflänzchen. Die Lösung findet sich oft am Weg, wenn man erstmals Hirngespinnsten nachgeht. Es ist gefährlich, Luftschlösser gleich zu töten.



DIE FURCHE: Wie gelingt die Konkretisierung der Veränderung?

Zaugg: Es gibt eine Phase des Suchens und eine Phase des Entscheidens: Habe ich die nötige Fortbildung? Was gibt es für Zu-

satzausbildungen? Erhalte ich Unterstützung von meinem Partner? Schnuppern Sie in den neuen Bereich rein, machen Sie Praktika, sprechen Sie mit Leuten, die in dem Feld arbeiten, erforschen Sie Ihre Leidenschaften. Bei einem 50-jährigen Klienten, passionierter Gleitschirmflieger, zeigte sich, dass die Weite, das Nicht-eingeengt-Sein ein wichtiges Kriterium für seinen nächsten Job darstellt.

DIE FURCHE: Welche Werte liegen

der beruflichen Flexibilität von Umsteigern zugrunde?

Zaugg: Manche sind von klein auf an Veränderungen gewöhnt, viele haben davor eine Riesenangst. Denen sage ich: „Wer sagt denn, dass Ihr jetziger Job ewig sicher bleibt?“ Es gibt keine Sicherheit, Veränderung gehört zum Leben. Früher freiwillig zu wechseln, ist einfacher als später unter Druck. Der italienische Schriftsteller Lampe-dusa hat gesagt: „Wenn du willst,

dann es so bleibt, wie es ist, dann musst du alles ändern.“

DIE FURCHE: Mit welchen interessanten Fällen sind Sie in Ihrer Praxis abgesehen von den klassischen Erfolgsbeispielen konfrontiert?

Zaugg: Manche haben ein Unternehmen gestartet und es später wieder aufgeben müssen. Sie wollen diese Erfahrung dennoch nicht missen. Psychohygienisch ist es besser, etwas probiert zu haben, als bis ans Lebensende zu nagen: „Ach, hätte ich doch...“. Manchmal ist die Lösung aber auch, zu bleiben. Eine Klientin, Dolmetscherin, hatte immer bei den ersten Schwierigkeiten den Job gewechselt. Sie musste lernen, dran zu bleiben, sich Konflikte zu stellen und für Ihre Überzeugungen und Ideen und ihre Haut einzustehen.

DIE FURCHE: Oft ist die Umsetzung eines beruflichen Traums wohl auch eine finanzielle Frage.

Zaugg: Leute, die bereits einen hohen Lebensstandard gewohnt sind, müssen sich fragen: Was ist mir wirklich wichtig? Das zweite Auto, das Ferienhaus oder mehr Freiheit? „Mach was du willst, sagte Gott, und bezahle den Preis!“, lautet ein spanisches Sprichwort.

DIE FURCHE: Was haben die erfolgreichen Neustarter gemeinsam?

Zaugg: Eine gewisse Risikobereitschaft und Neugierde. Ich höre immer wieder Leute sagen: „Manchmal ist es chaotisch und ich weiß nicht genau, was morgen ist, aber ich liebe diese Bewegung und Entwicklung.“ Tendenziell sind Frauen eher bereit, sich zu verändern. Ich habe immer wieder männliche Klienten, die von ihren Frauen zu mir „geschickt werden“.

DIE FURCHE: Ihre wichtigsten Tipps für Veränderungswütige?

Zaugg: Während des Suchprozesses sollten Sie bewusst darauf achten, mit wem sie sich abgeben. Manche werden sagen: „Spinnst du, den gutbezahlten Job aufzugeben!“, andere sind fördernd. Als ich mich wegbewegte aus der Juristerei, habe ich mich bewusst ferngehalten von ängstlichen Bremsern und die Nähe von Neugierigen und Offenen gesucht. Zweitens sollten Sie ihren Impulsen folgen. Wenn Sie etwas packt an einer Ausstellungsrezension, gehen Sie hin! Oft führt ein neuer Input zu einer guten Idee. Wichtig ist auch, sich nicht erst in Bewegung zu setzen, wenn völlige Klarheit da ist, sondern sofort. Zudem: Eine Transformation braucht Zeit. Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht. Also braucht es eine produktive Art, mit Ängsten und Stimmungsschwankungen umzugehen. Schreiben Sie Bedenken ungefiltert auf: „Dubistzu!“, oder „Da verdient man ja eh nichts!“ So bekommen Sie eine gewisse Distanz. Ein Beamter sagte mir mit 55 Jahren: „Ich muss noch was anderes machen. Sonst habe ich mit 80 das Gefühl, ich habe was verpasst.“ Beim zweiten Gespräch überraschte er mich: „Ich glaube, das ist unser letztes Gespräch. Ich habe schon die Kündigung ausgesprochen, weil ich hunderte Ideen habe, was ich alles machen kann.“

„Als ich mich wegbewegte aus der Juristerei, habe ich mich bewusst ferngehalten von ängstlichen Bremsern und die Nähe von Neugierigen und Offenen gesucht.“

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG



Norwegen, Lofoten © Mag. Günter Grüner



Mit Rundreisen, Städte-Reisen, Wanderreisen, Foto-Reisen, einer Musik-Reise uvm.

Island, Irland, Skandinavien und Großbritannien zeigt der Spezialist für hochkarätige StudienErlebnisReisen von ihrer schönsten Seite.

Mit Kneissl den Norden entdecken

Der attraktiv-gehaltvolle Jahreskatalog 2017 ist eine Schatzkiste aus Naturwundern und Kulturhighlights: Gletscher und Vulkane in Island, atemberaubende Fjorde in Skandinavien, winterliche Nordlichter; Spuren des Christentums in Irland, Kronjuwelen in London, südschwedische Schlösser. Bei jeder Reise aufs Neue lösen die exzellenten und freundlichen Reiseleiter und Reiseleiterinnen das Goethe-Dictum ein: „Man sieht nur, was man weiß“. Und navigieren mit Esprit und Sachkenntnis durch Land und Reise.

Sehr beliebt sind die kompakten Reisen „Rund um Island“, „Höhepunkte Irlands“ und die „Große Skandinavienreise mit Lofoten und Nordkap“ (alle: wöchentliche Abreisen im Sommer). Und Spezielles: U.a. mit Hurtigruten und Kneissl-Reiseleitung zum Nordkap schippern

oder aktiv und/oder wandernd Islands Hochland entdecken. Irland intensiv zeigt in 15 Reisetagen Irland mit Nordirland. Großbritannien ist von Cornwall bis Schottland ein Erlebnis, mit Gärten und Herrenhäusern im Süden, Kathedralen in Mittelengland und Wales, Bilderbuchlandschaften im Lake District sowie den Highlands und Islands mit wunderbaren Naturimpressionen. Liebhaber von Schottischem Whisky werden die neu aufgelegte Whisky-Reise schätzen.

Auch individuelle Reisende müssen nicht auf die Kneissl-Kompetenz verzichten: Mietwagenrundreisen in Island und Irland verbinden Sicherheit und Kompetenz des Reiseveranstalters mit individuellem Reiseerlebnis.

Die Qualitätshandschrift von Kneissl Touristik schätzen Stammkunden seit mehr als 30 Jahren! Fragen Sie nach dem Katalog!

Kneissl-Büros in Wien, Salzburg und St. Pölten
Zentrale Kneissl Touristik Lambach
07245/20700, zentrale@kneissltouristik.at
www.kneissltouristik.at



Aussteigen, umsteigen.
Wege zwischen Beruf und Berufung,
Von Mathias Morgenthaler, Marco
Zaugg. Zytglogge 2015.
320 Seiten, Klappenbr., € 30,00
www.marcozaugg.ch,
www.beruf-berufung.ch