

Klaus Raggl

GIVE ME FIVE!



Das Handbuch für
echte Freude am Job

KREMAJR & SCHERIAU

GIVE ME FIVE!



Klaus Raggl






Das Handbuch für
echte Freude am Job

KREMAJR & SCHERIAU

© Verlag Kremayr & Scheriau 2024
Bitte beachten Sie die Sperrfrist bis 3. September!

Inhalt

Vorwort.....	7
Der Daumen – Die Aufgabe 	17
Aufgaben sind Sinn und Zweck zugleich.....	19
Eine berufliche Laufbahn wie aus einem Guss.....	20
Wenn die intrinsische Motivation erlischt.....	22
Intrinsische Motivation.....	28
Extrinsische Motivation.....	30
Das ideale Zusammenspiel von intrinsischer Motivation, Aufgabe und Erfolg.....	36
Ohne Motivation kein Unternehmenserfolg.....	40
Der Zeigefinger – Die Teamdynamik 	49
Alles ist miteinander verbunden und wirkt zusammen.....	50
Auch der Vorgesetzte ist Teil des Teams.....	53
Der richtige Chef kann ein Team retten.....	65
 Der Mittelfinger – Die Weiterentwicklung	91
Die Extra-Meile: Förderung der individuellen Entwicklung.....	92
Auf nicht eingehaltene Versprechen folgt immer Enttäuschung.....	94
Vertrauen ist der »Kitt«, der alles zusammenhält.....	96
Geduld zahlt sich auf lange Sicht aus.....	103
Der Weg zur Weiterentwicklung wird frei.....	105
Potenziale erkennen und fördern.....	110

Der Ringfinger – Die Work-Life-Balance	127
Die Work-Life-Balance wird unterschiedlich definiert	128
Gefahr: Arbeit als Lebensinhalt	131
Alles eine Frage der Organisation	139



Der kleine Finger – Die Entlohnung	151
Geld ist nur ein Teil des Gesamtpakets	152
Wie viel Geld braucht man wirklich?	162
Der »kleine Finger« ist nicht zur Kompensation da	166

Die ganze Hand – Zusammenfassung	175
Beispiel Lisa	177
Beispiel Christian	181
Beispiel Joe	185
Beispiel Kathrin	189
Beispiel Barbara	192



Dank	197
Referenzen	199
Literatur	202
Weitere Buchtitel	205

VORWORT

Liebe Leserin und lieber Leser,

bist du zufrieden in deinem Job? Passen deine Aufgabe und das Umfeld? Und wenn du Personalverantwortliche:r bist: Herrscht eine gute Stimmung in deinem Team? Nein? Oder hast du daran Zweifel?

Dann bietet dir dieses Buch, egal, ob du ein Teammitglied oder eine Führungskraft bist, Impulse zum Nachdenken über die Gründe für deine Unzufriedenheit. Ich möchte dich mit dem Buch inspirieren, deinen Job von Zeit zu Zeit aus verschiedenen, auch neuen Blickwinkeln zu betrachten, damit du dir die Freude an deiner Arbeit erhältst. Es ist das Buch eines Praktikers für Praktiker:innen. Das ist mir wichtig.

Dass mich das Thema »Zufriedenheit« besonders in Bezug auf den Traumjob irgendwann einmal so stark beschäftigen würde, hätte ich zu Beginn meiner beruflichen Laufbahn nicht gedacht. Schon während des Studiums der Mechatronik war für mich klar, dass ich auch auf diesem Gebiet promovieren

VORWORT

wollte. Mich begeistert alles Technische und mich fasziniert die Materie mit all ihren Möglichkeiten, daraus etwas Neues zu entwickeln. Außerdem habe ich Freude daran, mit Menschen im Team zusammenzuarbeiten. Daran hat sich bis heute nichts geändert. Dennoch gab es im Laufe meiner Tätigkeiten Umstände und Ereignisse, die meine Zufriedenheit im Job getrübt und mich zum Nachdenken gebracht haben.

Meine Leidenschaft:

Persönlichkeitsentwicklung und Leadership

Unabhängig davon setzte ich mich schon früh mit verschiedenen Ansätzen zu Führungsstilen und mit dem Thema »Persönlichkeitsentwicklung« auseinander. Mit wachsender Personalverantwortung wurde dieses Thema natürlich immer wichtiger für mich. In dem vorliegenden Ratgeber beziehe ich mich auf einige der Bücher, die mich besonders inspiriert haben.

Erst, als ich in meinem persönlichen Umfeld von verschiedenen Seiten mit der Thematik »Burnout« konfrontiert wurde, rüttelte mich das richtig auf. Ich hatte natürlich schon über das Phänomen gelesen und mich immer wieder mit Menschen aus diversen Berufsgruppen und Funktionen dazu ausgetauscht. Aber welche Dimensionen ein Erschöpfungszustand, bedingt durch den Job, tatsächlich haben kann, welche Entwicklungsstufen Betroffene durchlaufen und welche weitreichenden Auswirkungen eine solche »Ermüdung« auf die Person selbst, ihre Arbeit und ihr Umfeld hat, wurde mir erst anhand eines akuten Burnout-Falls in meinem nahen Bekanntenkreis vor

Augen geführt. Einen zentralen Punkt spielte dabei die Unzufriedenheit im Job. Ein Traumjob wurde zum Albtraum und endete mit einem gesundheitlichen Zusammenbruch. Ich stellte mir in Folge die Frage, ob diese Entwicklung hätte verhindert werden können und wenn ja, wie.

In diesem Zusammenhang begann ich, über meinen eigenen Werdegang zu reflektieren. Auch dieser war nicht immer von Zufriedenheit und Ausgeglichenheit geprägt.




Gleich zu Beginn meines Karrierestarts lief es nicht rund. Obwohl ich für ein namhaftes internationales Unternehmen arbeitete und zunächst eine interessante Aufgabe hatte, entwickelte sich alles anders, als ich es mir vorgestellt hatte. Mit wachsender Unzufriedenheit dachte ich über einen Wechsel des Arbeitgebers nach, den ich schließlich auch vollzog. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich bereits ein einfaches, effektives Modell zur Überprüfung einer Arbeitssituation entwickelt. Es hakte zwar noch an einigen Stellen, aber die Grundidee schien zu funktionieren. Dieses Modell habe ich im Laufe der Jahre in vielen verschiedenen Situationen weiterentwickelt und perfektioniert. So wurde ich immer mehr für die Thematik sensibilisiert und stellte bald fest, dass mein Modell auch ein hilfreiches Reflexionstool in Mitarbeitergesprächen ist. In Folge befasste ich mich noch mehr damit, beobachtete meine Abteilung und andere Teams, tauschte mich mit vielen Menschen aus und glich alles immer wieder mit meinen persönlichen Erfahrungen ab.

VORWORT

Fünf zentrale Faktoren – Give me five!

Je tiefer ich in die Materie einstieg, desto deutlicher wurden mir bestimmte Zusammenhänge und Wechselwirkungen bewusst. Warum sind einige Menschen mit ihrem Job zufrieden und andere nicht? Äußere und innere Umstände sind dabei ebenso ausschlaggebend wie Aspekte der Motivation, des Zusammenwirkens von verschiedenen Kolleg:innen, dem Verhalten von Vorgesetzten, dem Wechselspiel von Arbeit und Privatem und der Anerkennung der eigenen Leistung – in Form von Lob, aber auch in Form von Gehalt.

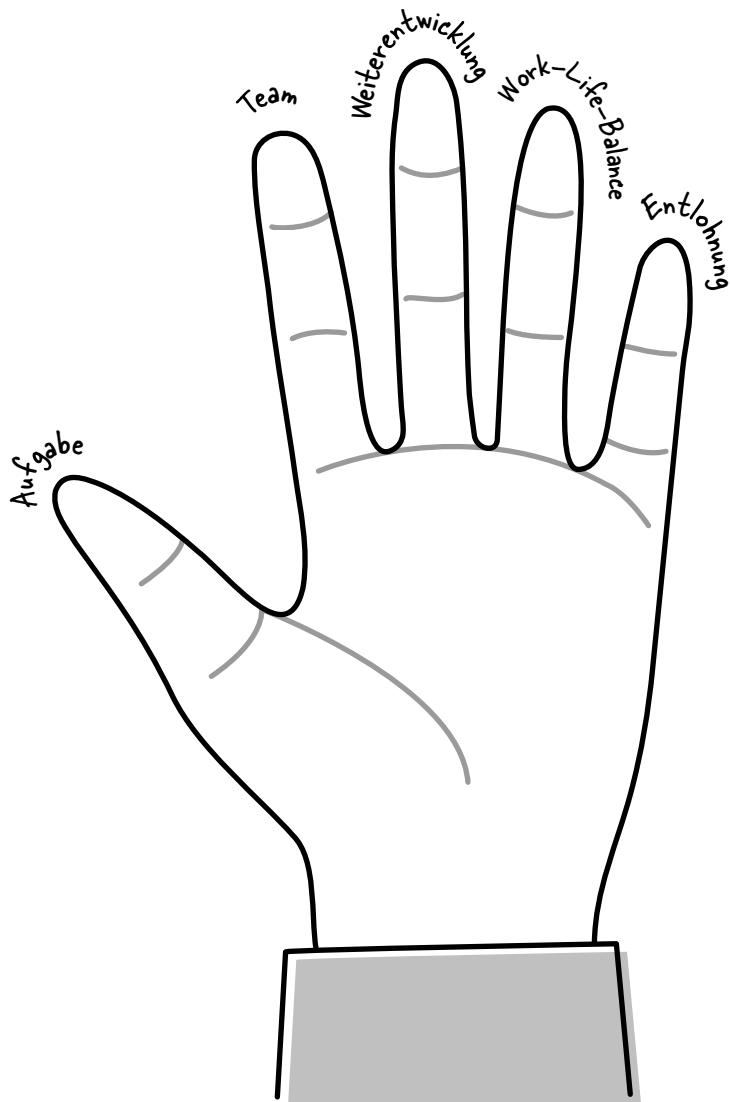
Je öfter ich meine Reflexionsmethode anwandte und überprüfte, desto mehr kam ich zu dem Schluss: Fünf Faktoren sind entscheidend, über die sich die Zufriedenheit im Job definieren lässt und die je nach persönlicher Gewichtung von Bedeutung sind:

- 1 die Aufgabe 
- 2 das Team
- 3 die Fort- und Weiterbildung 
- 4 die Work-Life-Balance
- 5 Rewarding and Recognition, also Wertschätzung bzw. Anerkennung und Gehalt. 

Diese fünf wesentlichen Punkte hängen wiederum von den Vorgesetzten, den Peergroups und dem eigenen Team ab. Als »Peers« werden Individuen oder Entitäten, Einheiten, bezeichnet, die auf ähnlicher bzw. gleicher Ebene oder mit vergleichbaren Fähigkeiten, Interessen oder Funktionen agieren. Eine Peergroup ist also eine Gruppe von Gleichgestellten, die sich typischerweise austauschen, zusammenarbeiten oder Informationen teilen, um gemeinsame Ziele zu erreichen und die sich gegenseitig durch ihre Zusammenarbeit unterstützen.

Die Zahl fünf brachte mich schließlich auf die Idee, die menschliche Hand als einfaches Instrument zur Analyse der individuellen Situation im Beruf einzusetzen. Unsere Hand besteht aus fünf Fingern und jeweils drei Gliedern – mit Ausnahme des Daumens. Jeder einzelne Finger hat verschiedene symbolische Bedeutungen. So wurde die Hand für mich zum Sinnbild für die Überprüfung des eigenen Jobs.

Der **Daumen** steht für die **Aufgabe**, der **Zeigefinger** ist das Sinnbild für das **Team**, der **Mittelfinger** verkörpert die **Fort- und Weiterbildung**, der **Ringfinger** steht für die **Work-Life-Balance** und der **kleine Finger** ist das Symbol für **Rewarding and Recognition**. Mehrfach habe ich das Sinnbild der Hand zur Reflexion meiner eigenen Situation ausprobiert und immer wieder war ich überrascht, wie einfach und hilfreich das Nachdenken auf dieser Basis ist.



Damit war die Grundlage für das Buch, das du nun in den Händen hältst, geschaffen. Um Situationen, wie sie im beruflichen Alltag auftreten, darstellen zu können und dir anschauliche Beispiele vorzuführen, wann und wie du die Hand zur Überprüfung deiner eigenen Situation einsetzen kannst, entwickelte ich fünf fiktive Charaktere: Lisa, Kathrin, Barbara, Christian und Joe. Dahinter verbergen sich tatsächliche Geschichten und Begebenheiten unterschiedlicher Personen und meine eigenen Erfahrungen. Allerdings handelt es sich bei den fünf Charakteren naturgemäß um eher stereotype kompakte und gebündelte Personenbilder und Situationen, wie sie im wirklichen Leben nur selten auftreten würden.

Angebot zur Selbstreflexion

Mir war wichtig, durch meine bisweilen überscharfe plastische Darstellung Problematiken aufzuzeigen, wie sie im Berufsleben in verschiedenen Gewichtungen auftreten können. Die entsprechenden Lösungsansätze sind aus den Erfahrungen anderer und aus meinen eigenen Erfahrungen erwachsen. Es sind Angebote, die dir in schwierigen Phasen deines Arbeitslebens helfen sollen – mithilfe der Hand-Reflexionstechnik. Wichtig ist mir, dass du, wenn du beginnst, mit deinem Job unzufrieden zu sein, nicht vergisst, dass Geld nicht alles ist. Denn allzu leicht verstecken sich hinter einer Forderung nach mehr Geld eigentlich andere Wünsche und Anforderungen an den Job. Ein gutes und faires Gehalt sollte kein Schmerzensgeld sein. Es gibt immer Alternativen dazu – man kann auch ohne mehr Geld Zufriedenheit im Beruf erlangen. Genau diese Alter-

VORWORT

nativen möchte ich dir aufzeigen und näherbringen und dich zum Nachdenken darüber anregen.

Wichtig ist mir auch: Dieses Buch soll und kann natürlich keine professionelle Hilfe ersetzen. Auch erhebt es keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit, denn das Thema »Zufriedenheit im Job« ist zu vielschichtig und breit, als dass ich diesen jemals stellen würden. Zudem handelt es sich um ein zutiefst individuelles Thema. Was für den einen annehmbar ist, ist es für den anderen nicht. Wir alle haben unterschiedliche Erfahrungen gemacht, sind durch verschiedene Einflüsse geprägt und haben abweichende Wahrnehmungen. Mir ist ebenfalls bewusst, dass einige Ausführungen auf den ersten Blick sehr theoretisch klingen mögen. Nun: Ohne Theorie keine Praxis und umgekehrt. Zudem werden sich manche Berufsgruppen in diesem Buch nicht wiederfinden. Es ist schlicht unmöglich, auf alle Fälle und Gegebenheiten einzugehen. Trotzdem soll das Buch möglichst vielen Menschen als Impulsgeber dienen und Denkanstöße liefern, nicht mehr und nicht weniger.

Ich wünsche mir, dass dieses Buch gerade denjenigen eine Unterstützung bietet, die sich in einer schwierigen Phase ihres Jobs befinden, so dass sie nach der Lektüre und Anwendung der Denkstrategien gestärkt daraus hervorgehen und sagen können: Welcome back, Traumjob!

Viel Spaß beim Lesen!

Dein Klaus Raggl

Außerdem aus dem Programm des Kremayr & Scheriau Verlags



Elisabeth Gatt-Iro
Stefan Gatt

Love first, work second
Pfeif auf die Arbeit, lass uns lieben!

192 Seiten
978-3-7015-0620-0

Wie Sie Stress und Frust im Büro lassen und eine bewusste Beziehung leben

Hand aufs Herz: Sind Sie manchmal so gestresst im Beruf, dass Sie Ihren Ärger mit nach Hause bringen? Sagen Sie zu oft: Ich muss das noch schnell erledigen, aber dann ...! Sind Sie außerhalb des Büros nur bedingt aufnahmefähig und Ihre Beziehung gerät ins Hintertreffen?

„Love first, work second“ wendet sich an alle, die beruflich erfolgreich sind, und Liebe und Privatleben nicht (mehr) ihrem Beruf unterordnen möchten. Menschen, die beides wollen: Liebe und Karriere.

Elisabeth Gatt-Iro und Stefan Gatt zeigen Ihnen, wie Sie Ihr Leben so verändern, dass Beruf und Liebe nicht nur „irgendwie nebeneinander funktionieren“. Die Autoren gehen noch weiter: Sie treten den Beweis an, dass eine gute Partnerschaft Sie auch im Job vorwärtsbringt, weil Beziehungsfähigkeit mittlerweile zu den Schlüsselkompetenzen gezählt wird.



© Verlag Kremayr & Scheriau 2024
Bitte beachten Sie die Sperrfrist bis 3. September!

www.kremayr-scheriau.at

ISBN 978-3-218-01438-0

Copyright © 2024 by Verlag Kremayr & Scheriau GmbH & Co. KG, Wien

Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung und Illustrationen: Michaela Bertschler, vielseitig.co.at

Typografie und Satz: Silvia Wahrstätter, buchgestaltung.at

Lektorat: Ulrike Schrimpf

Herstellung: vielseitig.co.at

Druck und Bindung: Finidr, s.r.o., Czech Republic

© Verlag Kremayr & Scheriau 2024
Bitte beachten Sie die Sperrfrist bis 3. September!