

# Berufliche Mission

## Den roten Faden im Berufsleben finden

**Manche Menschen wissen genau, welchen Beruf sie ein Leben lang ausüben möchten. Andere nicht. Sie kommen immer mal wieder an den Punkt, an dem sie spüren, dass auch anderes in ihnen steckt, andere Fähigkeiten und Neigungen entwickelt und gelebt werden wollen. Aber welche?**

VON REGULA ZELLWEGER

Der Begriff «Mission» stammt aus dem NLP, dem Neuro-Linguistischen Programmieren. NLP beinhaltet eine Sammlung von Methoden und Kommunikationstechniken, die psychische Abläufe im Menschen beeinflussen. Es greift unter anderem Konzepte aus der klientenzentrierten Therapie, der Gestalttherapie, der Hypnotherapie und den Kognitionswissenschaften sowie des Konstruktivismus auf. «Neuro» bezieht sich auf Vorgänge im Gehirn. Sie sollen mit Hilfe der Sprache, «Linguistik», auf

Basis systematischer Handlungsanweisungen, «Programmieren», verändert werden und zu Veränderungen im Denken, Fühlen und Handeln führen.

### Werte und Laufbahngestaltung

Unter «Mission» versteht man im NLP die persönliche Lebensaufgabe, die man «mit ins Leben bekommen» hat. Diese Aufgabe zu verstehen und zu erfüllen, ist der oft gesuchte und viel zitierte «Sinn des Lebens». Die Mission ist eng mit den persönlichen Werten verbunden. Damit spielt die Mission bei der Berufswahl und bei der Gestaltung der beruflichen Laufbahn mit. Mit anderen Worten: Die Mission blubbert – oft aus dem Unbewussten – hoch ins Bewusstsein, ins Denken und ins Fassen von Lebenszielen. Für wen «Helfen» ein wichtiger Wert ist, ergreift eher einen sozialen oder medizinischen Beruf, wer Gerechtigkeit nachhaltiges Gewicht gibt, positioniert sich im juristischen Umfeld, wer Abenteuerlust im Zentrum

seiner Wünsche hat, wählt den Beruf des Reisereporters und wem Ästhetik wichtig ist, wird vielleicht Künstler, Floristin, Confiseur, Coiffeuse, Kosmetiker oder Innenarchitektin. Wem Umweltfragen am Herzen liegen, studiert Umweltwissenschaften. Persönliche Werte weisen auf die berufliche Mission hin.

Die «berufliche Mission» ist also der Sinn, den man im Arbeitsalltag erreichen will. Wer seine berufliche Mission optimal leben kann, wird eher zufrieden sein als jemand, der seiner Arbeit keinen Sinn abgewinnen kann – oder gar gegen seine persönlichen Werte handeln muss. Wer Arbeitszufriedenheit anstrebt, formuliert seine «berufliche Mission» – am besten als sprachliche Essenz von einem Satz. Die gut formulierte Mission ist auch ein Zaubersatz für eine Bewerbung, denn mit ihr vermittelt man das Herzblut, das man für eine Tätigkeit hat. Der positiv formulierte Satz kann beispielsweise beginnen mit: «Ich bin beruflich zufrieden, wenn ich...» Lehrerin: «Ich bin beruflich zufrieden, wenn ich Kinder professionell, respekt- und liebevoll begleite, sich auf

das Erwachsenenleben vorzubereiten.» Ärztin: «Ich bin glücklich, wenn sich Patienten immer wieder vertrauensvoll mit ihren gesundheitlichen Fragen an mich wenden.» Buchhalter: «Ich bin glücklich, wenn ich Zahlen so aufbereite, dass sie dem Management als Grundlage für Entscheide dienen.»

### Berufliche Mission finden

«Formulieren Sie Ihre berufliche Mission in einem Satz.» Keine einfache Aufgabe. Wie findet man seine berufliche Mission, wenn man sie nicht bereits kennt? Dazu scannt man sein berufliches Leben und beantwortet Fragen: Wann fühlte ich mich konzentriert und hellwach? Wann empfand ich bei der Arbeit Freude und Glück? Wann kam ich in einen Flow-Zustand? Wo und in welchem Kontext war das? Was tat ich dann, mit welchem Ziel? Wann hat mir das Erlernen von Neuem besonders Spass gemacht? Worauf kommt es mir wirklich an? Wie will ich wahrgenommen werden? Zu Beginn hat

man vielleicht viele Sätze, diese lassen sich aber komprimieren. Je klarer man formuliert, desto klarer wird man sich über seine berufliche Mission. Insbesondere für Menschen, die sich durch häufige Berufswechsel verunsichert fühlen, können mit der Formulierung ihrer beruflichen Mission erkennen, dass sie sich und ihren Werten treu immer wieder neu entschieden haben. Beispiel: «Ich bin zufrieden, wenn ich Inhalte so vermittele, dass es mich und andere weiterbringt.» Diese berufliche Mission passt beispielsweise zu Lehrperson, Psychologe, Bibliothekarin, Berufsberater und Journalistin. In einem erfüllten Berufsleben kann man die Grundfarbe seiner beruflichen Mission leben, in all ihren Schattierungen.

Serie Arbeitswelt von Regula Zellweger, dipl. Psychologin FH, dipl. Berufs- und Laufbahnberaterin, Buchautorin. Bisher: Arbeitszufriedenheit, 8.10.; Portfolio-Lebensstil, 15.10.; Burnout vorbeugen, 19.10.; Übergänge, 2.11.; Resilienz, 16.11., Entschieden, 26.11. und Krisenmanagement, 7.12., Erwartungen, 21.12., Fremdsprachen, 31. 12. und Coping-Strategien, 7.1.