

## **Vorzeichen einer Veränderung – Selbsttest**

Es braucht viel, bis wir aktiv eine berufliche Neuorientierung anpacken. Oft spüren wir seit längerem, dass etwas nicht mehr stimmt. Testen Sie sich selbst und finden Sie heraus, ob bei Ihnen eine Veränderung ansteht.

## Selbsttest

Anzeichen oder Merkmal	Ja, trifft zu	Nein, stimmt nicht	Vielleicht, weiss nicht
Eine einschneidende Reorganisation, eine Übernahme, eine Fusion, eine Verschlinkung oder Automation steht in Ihrer Firma bevor			
Ihr Arbeitsbereich ist nicht erfolgreich. Der Auftragsfluss ist schleppend oder rückläufig, die Abteilung ist unrentabel oder zu teuer			
Ihr Verantwortungsbereich wird eingeschränkt. Bei vielen Themen, bei denen Sie vorher selbst entscheiden konnten, müssen Sie Rücksprache nehmen			
Sie werden nicht zu Sitzungen eingeladen oder fehlen auf Verteilern			
Es werden Ihnen Funktionen, Projekte oder Aufgaben zugeteilt, die wenig attraktiv sind			
Bei Entscheidungen, Sonderaufträgen oder Projekten werden Sie übergangen			
Sie werden nicht oder selten nach Ihrer Meinung gefragt			
Ihre Führungskompetenzen und Leaderqualitäten werden in Frage gestellt			
Sie erhalten keine Wertschätzung von Ihrem Team. Sie sind eher ein Aussenseiter, eine Aussenseiterin			
Von Vorgesetzten erhalten Sie keine Anerkennung			
Im Gegensatz zu anderen in Ihrer Abteilung werden Sie weder befördert noch erhalten Sie eine Lohnerhöhung oder eine Prämie			
Ihre Vorgesetzte, Ihr Vorgesetzter geht Ihnen häufig aus dem Weg, meidet das Gespräch			
Bei Besprechungen, Sitzungen und Meetings sind Sie oft anderer Meinung als das übrige Gremium			
Sie werden häufiger kontrolliert als früher			
Sie werden mehr kritisiert als früher			
Ihre letzte Weiterbildung liegt Jahre zurück			
Sie sind 50 Jahre alt und älter			
Die Identifikation mit der Firma, den Produkten oder mit der Firmenkultur und -philosophie fällt Ihnen schwer			
Die Chemie zwischen Ihnen und Ihrer Chefin bzw. Ihrem Chef stimmt nicht			
Bei der Arbeit verdrängen Sie viel und ärgern sich oft			

### Haben Sie vier oder weniger Fragen mit Ja beantwortet, dann

ist Ihre gegenwärtige Situation suboptimal (drei bis vier Jas) bis optimal (null bis zwei Jas). Bleiben Sie aufmerksam und behalten Sie Anzeichen von Veränderungen im Auge. Achten Sie auf Ihre Marktattraktivität und halten Sie Ihre Marktchancen in Takt. Sie können dies beispielsweise sicherstellen, indem Sie sporadisch ein **Training** oder **Coaching** zu einem für Sie relevanten Thema besuchen.

### Haben Sie fünf und mehr Fragen mit Ja beantwortet, dann

ist es wahrscheinlich, dass Sie den Spass an der Arbeit verloren haben oder er Ihnen genommen wurde. Sie sollten beginnen, sich mit einer **Neuorientierung** auseinanderzusetzen. Das hat den Vorteil, dass Sie selbst bestimmen und nicht später fremdbestimmt werden. Und das wiederum hat den Vorteil, dass Sie emotional und psychisch eine andere Haltung zur Veränderung einnehmen.