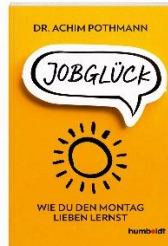


## Interview über das Buch "Jobglück" mit Dr. Achim Pothmann



### 1. Was nützt dieses Buch dem Leser?

Nach der Lektüre dieses Ratgebers werden die Leser in ihrem Job und sogar in ihrem gesamten Leben glücklicher sein – und wahrscheinlich auch noch gesünder. Das mag sich provokant anhören, ist aber Fakt. Etliche Studien zeigen deutlich: Mehr als die Hälfte aller Arbeitnehmer in Deutschland, also Millionen Menschen, sind in ihrem Job unzufrieden. Das allein empfinde ich schon als gesellschaftliche Pleiteerklärung. Noch schlimmer ist aber, dass all diese Menschen durch dauerhaften Frust im Job ihre Gesundheit aufs Spiel setzen. Außerdem belastet die Unzufriedenheit am Arbeitsplatz auch das private Lebensglück. Je frustrierter die Menschen im Job sind, desto frustrierter sind sie in ihrem Leben insgesamt! Mit Hilfe meines Ratgebers können die Leser die Hemmnisse, die sie von ihrem Jobglück abhalten, (größtenteils) beseitigen und seine Zufriedenheit im Job garantiert steigern. Deshalb ist meine Haltung: „**Jobglück ist für jeden möglich (in fast jedem Unternehmen)**“.

### 2. Was steht dem Jobglück bei den meisten Menschen überhaupt im Weg?

Es gibt 8 Überzeugungen über Arbeit, die in unser gesellschaftliches Mindset einzementiert sind und Millionen Berufstätige zu der Überzeugung haben kommen lassen, dass „Arbeit schrecklich ist“. In meinem Buch stelle ich diese Überzeugungen vor – und entlarve sie als eklatante Irrtümer! Wir lassen uns also von unserem Jobglück abhalten, nur weil wir eine Haltung angenommen haben, die jegliche Vorstellung von Jobglück verhindert. **Als Gesellschaft sind wir bzgl. der Zufriedenheit im Job im wahrsten Sinne des Wortes „unglücklich programmiert“ – und das völlig zu Unrecht!** Wir stecken in einer fetten Job-Zufriedenheits-Krise! Denn: Ein Mensch der davon überzeugt ist, dass Jobglück unmöglich ist, kann nicht glücklich werden. Seine Überzeugung verhindert, dass er den Weg zur Arbeitszufriedenheit findet und merkt, wie viel er selbst dafür tun kann. Dabei haben wir bei Weitem mehr Einfluss auf unsere eigene Zufriedenheit, als allgemein geglaubt wird. Jobfrust muss nicht der Normalzustand sein. **Jobglück geht!** Jeder hat einen Einfluss darauf und auch die Verantwortung dafür.

### 3. In Ihrem Buch führen Sie den Begriff Jobglücks-Kompetenz ein. Was meinen Sie damit?

Ich definiere unsere Jobglücks-Kompetenz als Fähigkeit, sich erstens Jobglück überhaupt vorstellen zu können (Grundvoraussetzung), zweitens zu verstehen, wie viel Einfluss wir selbst darauf haben und drittens zu wissen, mit welchen Methoden wir unser Jobglück steigern können.

Um im Job Zufriedenheit zu finden oder zu steigern, müssen wir also zunächst unsere Haltung über Arbeit betrachten und erkennen, dass wir uns mit unseren versteckten und verinnerlichten Überzeugungen über Arbeit selbst ins Knie schießen und dann täglich mies gelaunt zur Arbeit humpeln. Die Erkenntnis, dass nicht die äußeren Faktoren alleine meine Zufriedenheit beeinflussen, sondern auch ich selbst Einfluss darauf habe, hilft, eine **neue Haltung zur Arbeit und damit zum Jobglück** zu finden. Auf dieser Basis ist dann nicht nur Jobglück (für einige erstmalig) vorstellbar, sondern wird auch zum neuen Anspruch und zur eigenen Verantwortung (Denn niemand auf der Welt hat eine größere Verantwortung für mich als ich selbst!). Erst jetzt ist der Weg geebnet zu wirklicher Zufriedenheit bei der Arbeit. Mein **Jobglück-Trainingsprogramm** hilft dann über die Ziellinie.

#### 4. Warum finden Sie, dass Work-Life-Balance unsere Gesellschaft in die Sack-/Frust-Gasse treibt?

Fatal ist, dass schon allein der Begriff Work-Life-Balance suggeriert, Arbeit sei so schrecklich belastend, dass man die Arbeitszeit maximal verkürzen und im Privatleben ein Gegengewicht produzieren müsse, um sie ertragen zu können. Die Trennung halte ich für die Erfindung einer Industrie, die aus der Unzufriedenheit der arbeitenden Menschen Nutzen zieht. Die Last der Arbeit soll durch actiongeladene Urlaube, meditative Retreats oder Wellness-Wochenenden überstrahlt werden. **Doch ein Wellness-Wochenende ist nicht die Lösung, sondern nur die Ablenkung vom Problem der Unzufriedenheit im Job!** Bei genauerer Betrachtung wirkt das Konzept sogar leicht schizophoren: Auf der einen Seite sind wir (angeblich) nur glücklich außerhalb der Arbeit, auf der anderen Seite verbringen wir aber die meiste wache Lebenszeit bei der Arbeit. Schon vom Ansatz aller denkbaren Lösungsmöglichkeiten müsste doch einleuchten, dass die Freizeit, wie auch immer sie gestaltet sein mag, kein effektiver Ausgleich zur Arbeit sein kann. Es macht überhaupt keinen Sinn, den kleinen Teil des Privatlebens zu optimieren, auf den Urlaub oder die Rente zu warten, aber den Großteil der beruflichen Lebenszeit innerlich abzulehnen und zu verdrängen. Statt die Arbeit in ein so grauenvolles Licht zu rücken und dieses Urteil immer weiter festzuzementieren und zu konservieren, sollten wir genau diesen Grundgedanken über Bord werfen und die Vorstellung von Jobglück endlich zulassen.

#### 5. Sie waren früher Unternehmer und Arbeitgeber. Nun haben Sie ein Buch geschrieben, das sich vorwiegend an Arbeitnehmer richtet. Wie passt das zusammen und warum glauben Sie, dass Sie sich in die Arbeitnehmerseite hineinversetzen können?

Ich war schon als junger Unternehmer der festen Überzeugung, dass ich mit und in meinem Unternehmen nur erfolgreich und glücklich werden kann, wenn meine Mitarbeiter auch eine Chance dazu haben. Deshalb entwickelte ich in meinem Unternehmen „SchuhHouse“ schon vor über 20 Jahren ein erfolgs- und glücksorientiertes Unternehmenskonzept – zu einer Zeit übrigens, als es noch gar kein Modell für eine solche Arbeitswelt gab und die wenigsten Unternehmen eine Unternehmensphilosophie oder Führungsleitbilder hatten. Wir haben damals sämtliche Strukturen, Prozesse sowie auch alle Führungsprinzipien neu gedacht. Das Unternehmen musste die neue Grundhaltung förmlich mit „jeder Faser seines Körpers“ leben. Dadurch entstand ein anderes Bewusstsein über Zusammenarbeit, das anfangs von vielen Außenstehenden belächelt wurde: „Das mit dem Jobglück kann doch gar nicht gehen. So etwas gibt es nicht. Das glaubt ja kein Mensch.“ Doch schnell erwies sich das Gegenteil: gegenseitiges Wohlwollen, Wertschätzung, Anerkennung und großer wirtschaftlicher Erfolg waren das Ergebnis der neuen Führungs-Haltung. (Was wir damals erlebten, ist heute sogar wissenschaftlich erwiesen: Jobglück und Arbeitszufriedenheit haben einen maßgeblichen Einfluss auf den Erfolg eines Unternehmens.) Diese Erfahrung habe ich in enger Zusammenarbeit mit meinen Mitarbeitern gemacht, es war ein gemeinsamer, spannender Lernprozess, der nicht möglich gewesen wäre, wenn wir uns nicht offen begegnet wären und gegenseitig hinterfragt hätten. Wobei ich auch die Erfahrung gemacht habe, dass es nicht ausreicht nur das Unternehmen auf glücklich-erfolgreiche Führung auszurichten. Es ist genauso wichtig (und aus eigenem Interesse jedes Mitarbeiters sinnvoll), seine eigene Jobglücks-Kompetenz zu steigern. Dann erst leisten beide Seiten ihren Beitrag zu einem zu-Friedenen und glücklichen Umgang, der fast unweigerlich zu großem Erfolg führt. Dann gewinnen alle! Und so habe ich in den letzten 20 Jahre auch daran gearbeitet, ein Jobglücks-Traingsprogramm zu entwickeln, das jedem Beschäftigten die Möglichkeit eröffnet, seine eigene Zufriedenheit zu steigern, unabhängig von seinen Vorgesetzten, Kollegen und anderen äußeren Gegebenheiten.

**Dieses Interview darf (komplett oder in Auszügen) für Pressebeiträge und Veröffentlichungen genutzt werden.**

#### Autor Kurzportrait:



Dipl. Kfm. Dr. phil. **Achim Pothmann** begeistert als Speaker und Buchautor die Menschen für eine neue Art der (Zusammen-)Arbeit und Führung.

Als Pionier für diese glücksorientierte Art der Führung wurde der Wirtschaftswissenschaftler, Gesprächsanalytiker und Unternehmer mehrfach mit seinem Unternehmen ausgezeichnet und galt als »Leuchtturm« für seine Branche (Handelsjournal, 06/2017).

Dr. Achim Pothmann, [info@DrPothmann.de](mailto:info@DrPothmann.de), [www.DrPothmann.de](http://www.DrPothmann.de)