



Dr. Achim Pothmann

Jobglück

Wie du den Montag lieben lernst

224 Seiten, ca. 12 Abbildungen

14,5 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-86910-114-9

€ 12,99 [D] / € 13,20 [A]

Erscheinungstermin: 31.08.2019

Dieses Buch ist auch als E-Book erhältlich.

- 50 % der angestellten Mitarbeiter in Deutschland sind mit ihrem Arbeitsplatz unzufrieden
- Für eine neue Arbeitswelt: Dr. Achim Pothmann hilft Menschen dabei, ihr Jobglück zu steigern
- Mit erprobtem Jobglück-Trainingsprogramm

Endlich wieder Montag!

Arbeit nervt! Haben Sie sich auch schon bei diesem Gedanken ertappt, als Sie morgens auf dem Weg ins Büro waren? Dann sind Sie nicht der Einzige – denn mit dieser Einstellung schleppen sich Tausende von Beschäftigten täglich mies gelaunt zur Arbeit. Dabei ist es genau diese Überzeugung, die ihre Unzufriedenheit auslöst. Tief im Unterbewusstsein verankert, bewirkt sie, dass unser Arbeitsleben einen so schlechten Ruf hat. An dieser Stelle setzt Dr. Achim Pothmann mit seinem erprobten Jobglück-Trainingsprogramm an. Auf unterhaltsame Weise und mit vielen Beispielen hilft er Ihnen, eine Betrachtungsweise zu entwickeln, die nachhaltiges Jobglück vorstellbar und möglich macht. Ein Ratgeber für alle Beschäftigten, die ihr Jobglück finden wollen und alle Führungskräfte, die verstehen wollen, wie sie selbst und ihre Mitarbeitenden bei der Arbeit glücklich werden können. Denn: „Jobglück ist für jeden möglich!“

Der Autor

Dr. Achim Pothmann ist Experte für Jobglück und glücklich-erfolgreiche Unternehmensführung. Er war 20 Jahre lang geschäftsführender Gesellschafter der Dr. Pothmann GmbH & Co KG (SchuhHouse), mit der er mehrfach für seine glücksorientierte Unternehmenskultur ausgezeichnet wurde. Als Botschafter für eine neue Arbeitswelt hilft er Menschen dabei, ihr eigenes Jobglück zu steigern und Führungskräften glücklich-erfolgreich zu führen.

Schlütersche Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG | 30130 Hannover
PR & Werbung humboldt | Telefon 0511 8550-2562 | Fax 0511 8550-992562 | presse@humboldt.de

Nach erfolgter Rezension bitten wir um einen Beleg. Gerne auch digital an: presse@humboldt.de. Vielen Dank!

Interview 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 Führungshaltung. (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 Jobglückskompetenz zu steigern. Dann erst leisten beide Seiten ihren Beitrag zu einem zu-Frieden-en 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 Programm zu entwickeln, das jedem Beschäftigten die Möglichkeit eröffnet, seine eigene Zufriedenheit zu steigern, unabhängig von seinen Vorgesetzten, Kollegen und anderen äußeren Gegebenheiten.

Das Interview darf (komplett oder in Auszügen) kostenfrei für Pressebeiträge und Veröffentlichungen genutzt werden. Wir freuen uns in dem Zuge über eine Buchvorstellung – gerne mit Coverabbildung und Nennung der obenstehenden bibliographischen Angaben.