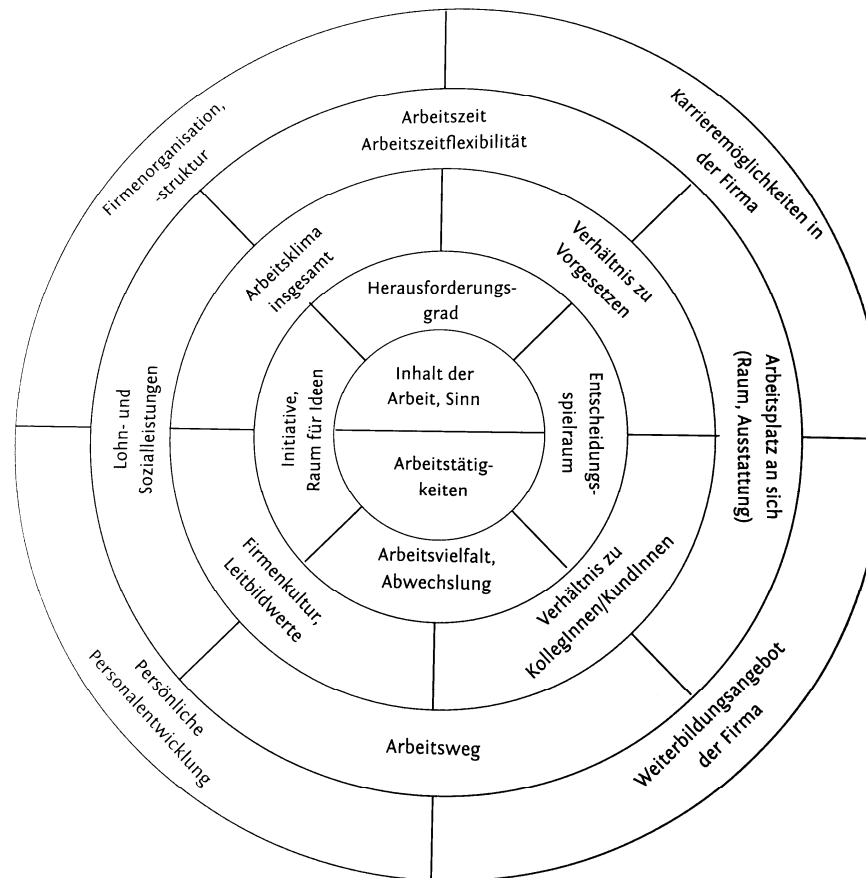


Jetzige Arbeitssituation

Nehmen Sie drei Buntstifte in den Farben grün, gelb und rot zur Hand und bewerten Sie Ihre aktuelle Arbeitssituationen ganz spontan durch schraffieren der entsprechenden Fläche in der zutreffenden Farbe

für Erwerbstätige		für aktuell nicht Erwerbstätige	
grün	Passt, genau richtig	grün	Ist mir sehr wichtig
gelb	Geht so	gelb	Eher wichtig
rot	unbefriedigend		unwichtig



Die Grafik ist in fünf Ebenen gegliedert (die bereits eine Wertung enthalten, das muss nicht Ihre Wertung sein):

Was fällt Ihnen in den unterschiedlichen Ebenen von innen nach außen auf: .

- Arbeit an sich
- Inhaltliche Arbeitsbelastungen
- Soziale Arbeitsbedingungen
- Äußere Arbeitsbedingungen
- Berufliche Entwicklungsmöglichkeiten

Womit sind Sie zufrieden? Welche Ebenen sind Ihnen besonders wichtig? Wo erhalten Sie die meisten Warnsignale und wie bedeutsam sind diese Bereiche für Sie

Notieren Sie Ihre Beobachtungen

Analyse Ihrer beruflichen Situation nach C. Barmettler

Kommen wir jetzt zur detaillierten Analyse Ihrer beruflichen Situation. Füllen Sie folgenden Fragebogen möglichst zügig und spontan aus. Kreuzen Sie an

1. Arbeit an sich	stimmt genau	eher ja	eher nein	stimmt gar nicht
Die Tätigkeiten meiner jetzigen Stelle sind interessant und abwechslungsreich.				
Meine Stelle füllt mich aus.				
Ich betrachte das was ich tue als sinnvoll.				
Das Aufgabenspektrum, das was ich abdecken soll, kann ich voll erfüllen.				
Ich gehe grundsätzlich gerne zur Arbeit.				
Die Anforderungen, die an mich gestellt werden, passen zu meinen Stärken und Fähigkeiten.				
Die Inhalte meiner Arbeit interessieren mich.				
Das Gros meiner Arbeit mache ich gerne.				
Ich kann bei meiner Arbeit etwas bewegen. Man sieht, was ich geschafft habe.				
Meine jetzige Arbeit passt zu meiner Persönlichkeit.				
Summe (:10) =	(*3)	(*2)	(*1)	(*0)

2. Inhaltliche Arbeitsbedingungen	stimmt genau	eher ja	eher nein	stimmt gar nicht
Meine Stelle fordert mich in passenden Maß heraus.				
Ich kann mich engagieren und mein Engagement wird geschätzt.				
Bei meiner jetzigen Stelle kann ich immer wieder neue Erfahrungen sammeln und dazulernen.				
Meine berufliche Tätigkeit ist so abwechslungsreich, wie ich es mir wünsche.				
Ich habe gute Chancen mein Aufgabenspektrum zu beeinflussen und zu gestalten.				
Ich arbeite eigenverantwortlich und habe Entscheidungsspielraum.				
Meine Ideen werden von Vorgesetzten und Kollegen gehört und gut aufgenommen.				
Ich kann Arbeit selbstständig planen und einteilen.				
Ich erhalte in meinem Arbeitsumfeld auch Anregungen für meine persönliche Weiterentwicklung.				
Ich bekomme immer wieder Erfolgserlebnisse bei meiner Arbeit.				
Summe (:10) =	(*3)	(*2)	(*1)	(*0)

3. Soziale Arbeitsbedingungen/ Arbeitsumfeld	stimmt genau	eher ja	eher nein	stimmt gar nicht
Die Menschen, die mit mir zusammenarbeiten, ticken ähnlich wie ich oder bereichern mein Arbeitsleben.				
Das Gesamtklima am Arbeitsplatz stimmt.				
Ich habe angenehme Kolleginnen und Kollegen.				
Mit meinem/meiner direkten Vorgesetzten komme ich gut zurecht und werde unterstützt.				
Die gelebte Firmenkultur in meinem Unternehmen ist in Ordnung.				
Mit Kunden oder Klienten läuft die Kommunikation gut.				
Das Leitbild des Unternehmens in dem ich arbeite, passt zu mir und meinen Werten.				
Ich bin im Großen und Ganzen mit den Entscheidungen in den oberen Etagen einverstanden.				
Mein Arbeitsplatz fühlt sich weitestgehend sicher an.				
Ich komme damit klar, wie in meinem Unternehmen mit Veränderungsprozessen umgegangen wird.				
Summe (:10) =	(*3)	(*2)	(*1)	(*0)

4. Äußere Arbeitsbedingungen	stimmt genau	eher ja	eher nein	stimmt gar nicht
Das Einkommen meiner jetzigen Stelle ist angemessen.				
Ich habe genug Zeit, meine Arbeitsaufgaben zu erledigen.				
Mein Arbeitsplatz ist so gestaltet, dass ich mich wohlfühle.				
An meinem Arbeitsplatz bin ich keinen gesundheitlichen Risiken ausgesetzt oder entsprechend geschützt.				
Ich kann meine Arbeitszeit bei Bedarf flexibel gestalten.				
Es stehen mir ausreichend Arbeitsmittel in angemessener Qualität zur Verfügung.				
Die Sozial- und evtl. Zusatzleistungen, die mein Unternehmen zahlt, sind gut.				
Mein Arbeitsweg ist so für ich in Ordnung.				
Ich kann meine Urlaubsplanung nach meinen Bedürfnissen gestalten.				
Die Überstunden halten sich in Grenzen.				
Summe (:10) =	(*3)	(*2)	(*1)	(*0)

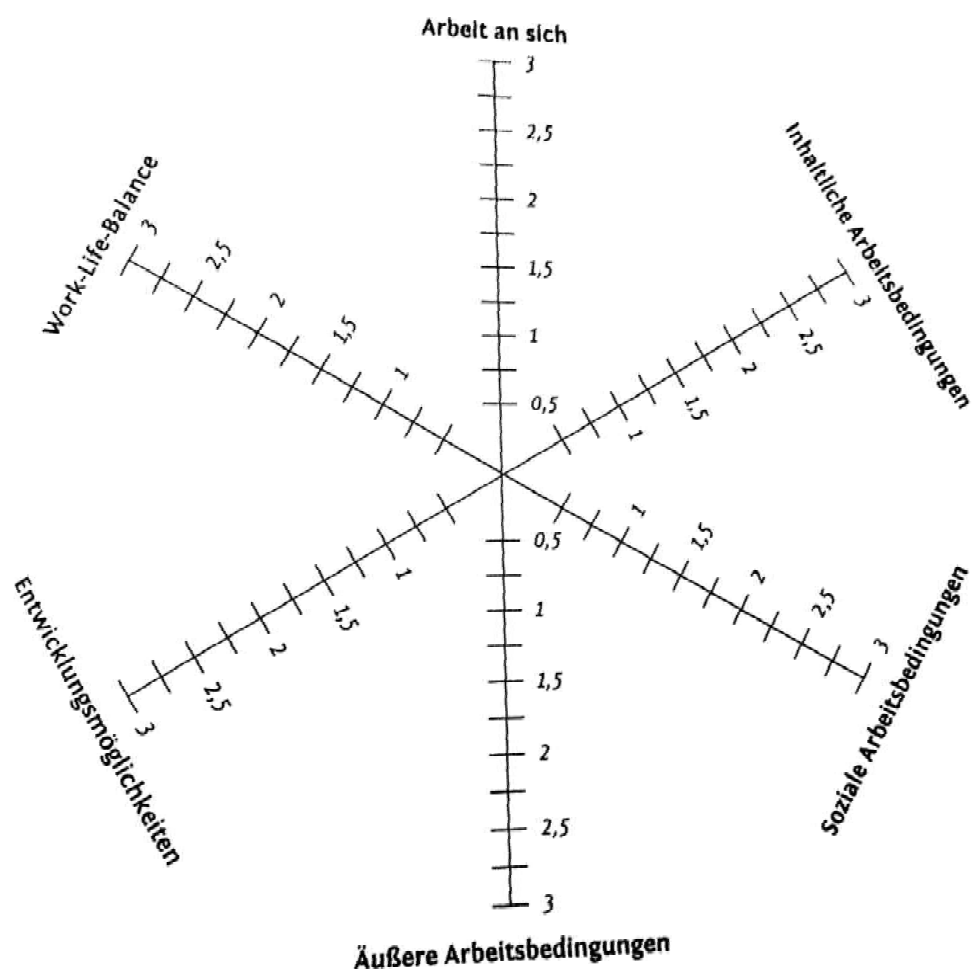
5. Berufliche Entwicklungsmöglichkeiten	stimmt genau	eher ja	eher nein	stimmt gar nicht
Mein Unternehmen bietet mit genug Entwicklungsmöglichkeiten.				
Ich kann an einem vielfältigen Weiterbildungsangebot teilnehmen.				
Die Personalentwicklungsmaßnahmen, die ich durchlaufen habe, waren für mich sinnvoll.				
Das, was ich an Weiterbildungen lerne, kann ich in ausreichendem Maß in meine Arbeit einbringen.				
Ich werde entsprechend meinen Stärken wahrgenommen und gefördert.				
Die Firmenorganisation mit ihren Strukturen passt zu mir, ich fühle mich gut integriert				
Ich kann mit offenen Karten spielen, was meine Karrierebestrebungen betrifft.				
Auch umfangreiche Weiterbildungen werden auf Wunsch finanziert.				
Es gibt unterschiedlichen Karrieremöglichkeiten arbeiten, z.B. auch Fachkarrieren, nicht nur Führungskarrieren.				
Es bestehen finanzielle Entwicklungs-und Gratifikationssysteme jenseits einer Karriereentwicklung.				
Summe (:10) =	(*3)	(*2)	(*1)	(*0)

6. Work-Life-Balance	stimmt genau	eher ja	eher nein	stimmt gar nicht
Ich habe außerberuflichen Interessen, die ein Ausgleich zu meiner beruflichen Tätigkeit sind.				
Das Verhältnis von Arbeitszeit und Freizeit stimmen für mich so.				
Ich kann genügend Zeit mit meinen Lieben verbringen.				
Mein Unternehmen geht auf meine Bedürfnisse ein, sodass ich Familie und Job unter einen Hut bringen kann.				
Meine Arbeitsbelastung ist dauerhaft so, dass ich nicht Gefahr laufe, krank zu werden.				
Ich schaffe es, die Probleme in der Firma nicht mit nach Hause zu nehmen.				
Es gelingt mir, mit dem Stress in meinem Job gut fertig zu werden.				
Es gibt in meinem Unternehmen Angebote zur Entspannung und Stressausgleich.				
Ich darf krank sein, wenn ich krank bin und muss mich nicht zur Arbeit schleppen, weil sonst alles zusammenbricht.				
Mein Unternehmen bietet flexible Arbeitszeitmodelle.				
Summe (:10) =	(*3)	(*2)	(*1)	(*0)

Auswertung:

Die Auswertung macht ein wenig Arbeit. Allerdings haben Sie dann einen guten Überblick über den Stand Ihrer derzeitigen Arbeitszufriedenheit. Sie sehen auf einen Blick, wo die problematischen Bereiche liegen und wo Ihre jetzige Stelle Ihnen immer noch zusagt.

1. Zählen Sie die Kreuze in den einzelnen Spalten pro Kategorie. Multiplizieren Sie sie mit der in der Spalte angegebenen Zahl.
2. Teilen Sie nun den zusammengezählten Wert durch 10 (Anzahl der möglichen Fragen) und Sie haben die Ausprägung ermittelt (maximal möglicher Wert pro Kategorie = 3)
3. Übertragen Sie jetzt die so ermittelten Ausprägungen in das Netzdiagramm auf die jeweilige Achse und Kategorie.



Was ist Ihnen klar geworden?