

Auswertung Selbsttest

Sollen Sie Ihren Job kündigen? (11-18 Punkte)

Es wird wieder bergauf gehen

Grundsätzlich sind Sie mit Ihrem Job zufrieden. Sie haben sowohl ein gutes Verhältnis zu Ihrem Chef als auch zu Ihren Kollegen. Auch die Arbeit macht Ihnen größtenteils Spaß.

Vielleicht befinden Sie sich aktuell in einer anstrengenden und stressigen Phase. Ein großer Auftrag ist unerwartet reingekommen und Sie haben weniger Freizeit als gewohnt und im Büro sind alle etwas angespannter.

Oder Sie betreuen einen neuen Kunden und sowohl Ihr Kunde als auch Sie selbst müssen sich noch an die neue Situation gewöhnen und einander kennenlernen. Was Sie tun können?

- Sind befinden sich aktuell nur in einem Tief, doch das nächste Hoch kommt bestimmt. Versuchen Sie Ihren Flow wiederzufinden. Sie brauchen nur wieder das gute Gefühl zu spüren, dass Ihnen Ihre Arbeit vermittelt.
- Rufen Sie sich ins Gedächtnis, warum Sie das alles tun. Was mögen Sie an Ihrem Job? Was mögen Sie an Ihrem Arbeitgeber? Es wird Ihnen helfen, sich selbst zu motivieren durchzuhalten.
- Sorgen Sie wieder für etwas Spaß bei der Arbeit. Manchmal erhält man einen neuen Motivationsschub dadurch, dass man mit den Kollegen etwas Schönes erlebt, beispielsweise einen Erfolg gemeinsam feiert.