

STEPHEN R.
COVEY

**DEIN BERUF -
DEINE
LEIDENSCHAFT**

Wie du
den Job findest,
der dich
glücklich macht

Mit Tipps von
Jochen Mai



karriere
bibel

GABAL

Stephen R. Covey

DEIN BERUF – DEINE LEIDENSCHAFT

**Wie du den Job findest,
der dich glücklich macht**

Mit Tipps von Jochen Mai – Karrierebibel



FranklinCovey

FranklinCovey and the FC logo and trademarks are trademarks of FranklinCovey Co. and their use is by permission.

Externe Links wurden bis zum Zeitpunkt der Drucklegung des Buches geprüft. Auf etwaige Änderungen zu einem späteren Zeitpunkt hat der Verlag keinen Einfluss. Eine Haftung des Verlags ist daher ausgeschlossen.

Ein Hinweis zu gendergerechter Sprache: Die Entscheidung, in welcher Form alle Geschlechter angesprochen werden, obliegt den jeweiligen Verfassenden.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-96739-252-4

Content Design, Redaktion und Übersetzung: Claudia Franz, Oberstaufen | info@text-it.org
Umschlaggestaltung: Martin Zech Design, Bremen | www.martinzech.de
Illustrationen: Timo Würz
Satz und Layout: ZeroSoft, Timisoara
Druck und Bindung: Salzland Druck GmbH & Co. KG, Löbnitzer Weg 10, D-39418 Staßfurt, vertrieb@salzland-druck.de

Copyright © 2025 GABAL Verlag GmbH, Schumannstraße 155, D-63069 Offenbach, info@gabal-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags. Der Verlag behält sich das Text- und Data-Mining nach § 44b UrhG vor, was hiermit Dritten ohne Zustimmung des Verlages untersagt ist.

Wir drucken in Deutschland.

www.gabal-verlag.de
www.gabal-magazin.de
www.facebook.com/gabalbuecher
www.x.com/gabalbuecher
www.instagram.com/gabalbuecher



*„Das Ziel ist nicht nur Erfolg,
sondern Erfüllung!“*

STEPHEN R. COVEY



Inhalt

KARRIERE NEU DENKEN

- Karriere und Erfolg: Zeit für eine neue Definition 10
- Die 9 Karrierelectionen von Jochen Mai 16
- Karrierevorbilder: Mutmacher für deinen eigenen Weg 38
- Die 3 Karrierefragen 41

WIE SOLL DEIN TRAUMJOB AUSSEHEN?

- Finde dein Metier 50
- Entdecke, was wirklich in dir steckt 56
- Entwickle dein Stärken-Portfolio 65
- Lass den Jobfrust hinter dir 85
- Sei die Lösung und nicht das Problem 92
- Erstelle ein Leitbild für deinen Traumjob 113

SO BEKOMMST DU DEINEN TRAUMJOB

- Räum deine Karrierehindernisse aus dem Weg 134
- Bau dir dein eigenes Karrieredorf 150

BONUS-KAPITEL: FAQs ZUM TRAUMJOB

- Wichtige Fragen und praktische Antworten 166
- Mach deine Karriereträume wahr 184

- Anmerkungen 187
- Über Stephen R. Covey 189
- Über Franklin Covey 190



KARRIERE
NEU DENKEN



Karriere und Erfolg: Zeit für eine neue Definition

Sonntagabend: 21:32 Uhr. Du sitzt auf der Couch und lässt dich von einer Serie berieseln. Eigentlich willst du einfach nur entspannen. Doch in Gedanken bist du schon bei der Woche, die vor dir liegt. Und da ist es wieder – dieses Ziehen in der Magengegend. Kein richtiger Schmerz, eher ein flaues Gefühl. Morgen ist Montag. Was erwartet dich im Job? Meetings, Mails, Projekte, Deadlines. To-dos, die sich stapeln. Ein schlecht gelaunter Vorgesetzter und genervte Kollegen. Und immer wieder dieselbe Frage:

Wozu das alles?

Du funktionierst, du lieferst. Aber in dir bleibt es still. Du merkst, wie du dich immer weiter von dem Leben entfernst, das du eigentlich führen wolltest. Kein Gefühl von Sinn, kein tieferes Warum. Nur Routine, Druck, Durchhalten.

Sinn schlägt Status: Erfüllung als Karrierefaktor

Ist meine Arbeit wirklich sinnvoll? Erfüllt mich das, was ich jeden Tag tue? Arbeite ich vor allem, um meine Rechnungen zu bezahlen oder den Erwartungen anderer gerecht zu werden? In einer Welt,

in der Erfolg oft mit Geld, Titeln oder Status gleichgesetzt wird, suchen immer mehr Menschen nach einer tieferen Bedeutung in ihrer Karriere. Sie wollen etwas tun, das einen echten Unterschied macht – für sich selbst und für andere. Etwas, auf das sie später einmal mit Stolz zurückblicken können. Genau darum geht es in diesem Buch. Um eine Karriere, die kein Job ist und auch kein Beruf, sondern eine Berufung. Eine Karriere, die es dir ermöglicht, deiner Leidenschaft zu folgen, deine Talente und Stärken zu entfalten und einer sinnvollen Tätigkeit nachzugehen. In diesem Buch wird in diesem Zusammenhang von einer **erfüllenden Karriere** gesprochen. Doch was bedeutet das konkret?

Was bedeutet Erfüllung für dich?

Eine erfüllende Karriere ist Ausdruck der eigenen Identität, Potenziale und Werte. Das heißt: Jeder von uns hat andere Vorstellungen von einer erfüllenden Karriere. Darum beginnen wir dieses Buch mit deiner ganz persönlichen Definition von Erfüllung. Dabei solltest du bedenken, dass Beruf und Privatleben untrennbar miteinander verbunden sind:



Deine berufliche Rolle ist keine Maske, die du morgens aufsetzt und abends wieder ablegst. Niemand hat zwei getrennte Persönlichkeiten – eine für den Job und eine fürs Leben.

Du bist ein „ganzer“ Mensch – mit Werten, Überzeugungen, Sehnsüchten und Stärken, die im Beruf und im Privatleben wirken. Deshalb dürfen und *sollen* in deine Definition von beruflicher Erfüllung auch private Wünsche, Bedürfnisse und Lebensziele einfließen. Denn: Echte Erfüllung entsteht dort, wo Arbeit und Leben im Einklang sind, wo du dich mit vollem Herzen als ganzer Mensch einbringen kannst.

Jetzt bist du dran!

Bitte notiere, was eine erfüllende Karriere für dich ausmacht. Denk nicht lange nach. Lass auch deinen inneren Kritiker außen vor. Was auch immer dir spontan in den Sinn kommt: Bring es aufs Papier – ohne Zensur und Vorurteile. Vielleicht ist es ein Gefühl, ein Bild, ein Wort, ein Satz, ein konkreter Wunsch oder eine vage Ahnung. All das ist wertvoll. Oft kommen in diesen ersten, ungefilterten Gedanken die Dinge zum Vorschein, die wirklich wichtig für dich sind und deine ganz persönliche Vorstellung von einem erfüllten Berufsleben spiegeln.



Eine erfüllende Karriere bedeutet für mich ...

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

STOPP – bitte lies erst weiter, wenn du deine Gedanken aufs Papier gebracht hast. Denn: Genau hier beginnt der Unterschied zwischen reinem Lesen und echter Veränderung. Und noch ein wichtiger Hinweis: Im Laufe dieses Buches wirst du viele neue Perspektiven entdecken. Deine Vorstellung von einer erfüllenden Karriere wird mit jedem Kapitel klarer, stimmiger und näher an dem, was dich ausmacht und antreibt. Deshalb: Blättere während der Lektüre immer wieder zurück und ergänze deine Überlegungen. So kannst du schwarz auf weiß sehen, wie sich deine Gedanken verändern und weiterentwickeln.



**Neue Erkenntnisse, die ich beim Lesen
dieses Buchs gewonnen habe ...**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Was willst du wirklich?

Was willst du wirklich – beruflich und darüber hinaus? Diese Frage steht im Mittelpunkt dieses Buches. Sie ist der Ausgangspunkt für eine Entdeckungsreise, die dich Kapitel für Kapitel näher zu deiner ganz persönlichen Definition von Erfüllung und Erfolg führt. Daher ist dieses Buch auch kein Karriereratgeber im klassischen Sinne. Es ist eine Einladung, deinen eigenen Weg zu gestalten. Bewusst, mutig – und jenseits vorgefertigter Erwartungen oder klassischer Karriere- und Erfolgsmodelle. Dabei bleibt es nicht bei grauer Theorie. Im Gegenteil: Dieses Buch regt dich zum Ausprobieren, Nachdenken und Umdenken an. Hier ein erster kleiner Vorgeschmack auf all das, was dich erwartet. Du erfährst:

- Wie sich jeder eine erfüllende Karriere aufbauen kann – auch du.
- Wie du dein persönliches Stärken-Portfolio erstellst und deine wahre Berufung findest.
- Warum du ein „Freiwilliger“ und kein „Angestellter“ sein solltest.
- Was du tun kannst, damit du die Lösung bist – und nicht das Problem.
- Warum du unbedingt ein persönliches Beitrags-Leitbild erstellen solltest.
- Weshalb dein Einflussbereich der Schlüssel zu einer erfüllenden Karriere ist.
- Wie du dir dein eigenes „Karrieredorf“ baust und den Job bekommst, den du wirklich willst.

Dein Weg zu einer erfüllenden Karriere beginnt hier!

Vielleicht denkst du jetzt: „Das klingt alles schön und gut. ABER: Ich kann es mir nicht leisten, von einer erfüllenden Karriere zu träumen. Ich brauche einfach nur einen sicheren Job. Schließlich muss ich ja von irgendwas leben und meine Miete zahlen!“ Ja, Gedanken wie diese sind nur allzu verständlich. Aber genau deshalb solltest du jetzt weiterlesen. Denn dieses Buch zeigt dir:



Eine erfüllende Karriere ist kein unerreichbarer Luxus, den sich nur wenige leisten können. Sie ist möglich – auch für dich!

Im Buch findest du viele inspirierende Geschichten von Menschen, die ihren Traum von einer erfüllenden Karriere verwirklicht haben. Dazu gehört auch Jochen Mai. Heute zählt er zu den führenden Karriereexperten im gesamten deutschsprachigen Raum. Auch er stand einmal vor der Frage:

Was nützt mir der größte Erfolg, wenn die Begeisterung und die Leidenschaft für die eigene Arbeit verlorengehen?

Willst du mehr über die Erfolgsgeschichte von Jochen Mai wissen? Im nächsten Kapitel berichtet er offen von seinen Erfahrungen – mit allen Höhen, Tiefen und Wendepunkten. Dabei teilt er wichtige Karrierelektionen und praktische Tipps, die dir helfen, deinen eigenen beruflichen Weg zu finden. Neugierig? Dann lies gleich weiter!



Die 9 Karriereelectionen von Jochen Mai

1. Lektion: Die Krumme führt zum Ziel

„Irgendwas mit Medien machen“ – das wollte ich eigentlich nie. Stattdessen wollte ich nach der Schule Schauspieler werden. Ernsthaft! Im Gymnasium war ich Mitglied einer Laienschauspieler-Gruppe, auf der Straße machte ich Pantomime, für Freunde nahm ich Comedy-Hörspiele auf Kassette auf. Das Problem war nur: Wie wird man eigentlich Schauspieler?

Ich recherchierte. Und fand schnell heraus, dass der Job in den meisten Fällen eine brotlose Kunst bleibt – wenn man nicht gerade das Glück hat, wie George Clooney auszusehen und von Film und Fernsehen oder Hollywood entdeckt zu werden. Hinzu kommt, dass der Beruf mit einem sesshaften Familienleben so vereinbar ist wie Bier mit einem Heißgetränk. Schade. Also suchte ich weiter nach Alternativen – und fand den „Moderator“. Der ist auch auf der Bühne zu Hause, teils im Fernsehen, aber mit deutlichen größeren Chancen auf eine Familie und eine planbare Karriere.

Dazu muss man wissen, dass es Ende der 1980er-Jahre nicht allzu viele Wege gab, um ein gefeierter Moderator zu werden. Thomas Gottschalk und Günther Jauch setzten da gerade zum großen Sprung an. Und das Internet mitsamt Social Media waren noch nicht erfunden. Bekannte Moderatoren waren meist ehemalige Journalisten, die sich zuvor im Radio oder Fernsehen einen Namen gemacht hatten – wie Jauch und Gottschalk. So kam ich um zwei Ecken zum Journalismus und meiner gefühlten Berufung einen guten Schritt näher.

Manchmal muss man Umwege gehen, um zum Ziel zu gelangen. Oder wie ich heute sage:



Die kürzeste Verbindung zwischen zwei Punkten ist nur in der Mathematik die Gerade. Im Leben ist es viel häufiger die Krumme.

Der Umweg führt oft viel direkter zum Ziel und zum Erfolg, als viele auf den ersten Blick meinen. Und Hand aufs Herz: Was wäre das Leben ohne die vielen Abzweige, kleinen Irrwege, ungeplanten Zwischenstationen und überraschend herrlichen Landschaften am Horizont? Eben: langweilig!

Mit dem Zwischenziel Journalismus vor Augen, bewarb ich mich gleich nach dem Abitur und noch während des Zivildienstes bei diversen Lokalzeitungen für eine freie Mitarbeit – beim *Kölner Stadt-Anzeiger* (KStA), der *Kölnischen Rundschau* und einigen kostenlosen Werbeblättchen. Erfolg hatte ich tatsächlich beim KStA. Mein erster Artikel war ein Stück über einen Schüleraustausch in Erfstadt-Liblar: 56 Zeilen für 40 Pfennig pro Zeile! „Läuft bei dir!“, dachte ich. Die Pulitzerpreis-verdächtige Überschrift aus dem Jahr 1989: „Eine Superzeit“ – und selbst die hatte der Redaktionsleiter noch redigiert. Na ja.

Weil Lokaljournalisten, die über den Karnickelzuchtverein *Rammeler* e. V. oder den Kegelclub *Alle Neune* schreiben, nicht unbedingt von ARD und ZDF als Moderatoren entdeckt werden, brauchte ich eine bessere Strategie. Damals gab es dafür nur einen Weg: ein Studium. Viele namhafte Journalisten hatten entweder Politik, Germanistik oder Sport studiert. 1990 gab es aber eine noch bessere Nische, die auf viele Berufsschreiber so anziehend wirkte, wie Elvis-Doubles auf abgelegenen Dorffesten: den Wirtschaftsjournalismus. Damit stand dann auch die nächste Entscheidung fest: Ich studierte Volkswirtschaft und Politik in Köln. Übrigens sehr zu empfehlen! VWL wird völlig unterschätzt. Du lernst hier unendlich viel über das Leben, die Psychologie der Menschen und wie alles zusammenwirkt.

Parallel bewarb ich mich an mehreren einschlägigen Journalistenschulen für ein Volontariat. *Kölner Schule, Deutsche Journalistenschule* in München, *WDR* in Köln, so was. Die Plätze dort sind jedoch rar. Auf einen Platz bewerben sich jedes Jahr zwischen 3000 und 5000 Nachwuchstalente. Alle top. Doch man glaubt es kaum: Ich schaffte es jedes Mal in die Endauswahl – unter die letzten 10 oder 20. Aber am Ende bekam ich regelmäßig eine Absage.

Am schmerzhaftesten war der Korb vom *WDR*. Hier hatte ich mich gegen 5000 Bewerber durchgesetzt, war unter den letzten 10. Diesmal bestand ich sogar den extrem harten Auswahltag.

Ein Volontariat beim Fernsehen! Mein Traumjob war zum Greifen nah. An das Gespräch mit dem Leiter der Ausbildungsredaktion erinnere mich noch gut – auch weil es so wehtat. Er sagte: „Herr Mai, das habe ich selbst noch nie erlebt: Sie waren der Beste von allen – aber wir nehmen Sie trotzdem nicht.“ Bitte was??? Der Beste von 5000 – und die lehnen mich ab? Was ist das denn für eine „smarte“ Recruiting-Strategie?!

Dem Traumjob so nah, stürzte ich ins Bodenlose: „Ja, ich weiß, Sie werden das nicht verstehen“, sagte der Ausbildungsleiter in väterlichem Ton. „Aber wir sind davon überzeugt, dass Sie nicht hier reinpassen.“

Ich glaube, ich habe danach so ziemlich alle emotionalen Phasen durchlebt, die man durchleben kann – von Trauer über Wut, Hass und wüste Verwünschungen bis hin zum Verlust des Glaubens an die Menschheit. War meine Berufung wirklich die richtige? Oder wollte mir das Schicksal sagen: „Junge, such dir einen anderen Job!“

Heute weiß ich: Es war die richtige Entscheidung – und ich bin dem *WDR*-Leiter sogar dankbar. Meine Laufbahn verlief zwar anders, als ich mir das damals vorgestellt oder gewünscht hätte. Aber deswegen nicht weniger erfolgreich. Mehr noch: Ich wäre nie selbstständiger Unternehmer geworden. Vermutlich hätte ich nicht mal diese Zeilen geschrieben, die du gerade liest.

Von Søren Kierkegaard stammt eines meiner Lieblingszitate: „Man kann das Leben nur rückwärts verstehen, aber leben muss man es vorwärts.“ Wie wahr! Damals, nach all den Absagen, war ich am Boden

zerstört. Aber in der Rückschau bin ich dankbar dafür! Da ist sie wieder – die Krumme, die heute wie eine wunderbare Serpentine nach oben aussieht. Nur sieht man am Fuß des Berges eben nur den steilen Anstieg und ein scheinbar unerreichbares Ziel ganz weit da oben.

Tatsächlich habe ich in all den Jahren nie volontiert und mir mein Handwerk über Bücher selber beigebracht. Das journalistische und schreiberische Know-how lernte ich *über* die harte Schule des „Training on the job“: Erst ein paar Jahre Lokaljournalismus, dann überregionale Zeitungen und Magazine, etwas Boulevard war auch dabei, dann Lokalradio und Fernsehen (RTL). Auch freier Fotograf war ich 5 Jahre lang: Für die Agentur *Action Press* in Hamburg dokumentierte ich das Hochwasser in Köln, für *Prisma* fotografierte ich Titelbilder und für Models Sedcards. Ich habe den Job in allen Varianten von der Pike auf gelernt – ohne Lehrer, dafür mit guten und auch einigen ziemlich durchgeknallten Mentorinnen und Mentoren. Warum ich das so ausführlich erzähle? Ganz einfach:



Beruf und Berufung sind eng mit zwei Eigenschaften verknüpft: mit *Leidenschaft* und *Volition*. Letztere beschreibt in der Psychologie die Fähigkeit, seine Ideen, Absichten oder Wünsche fokussiert und beharrlich in die Tat umzusetzen – auch über Widerstände oder Hürden hinweg.

Ich weiß, ich kann reden, schreiben auch. Ich mag die Bühne, und die Bühne mag mich. Die Idee war, mein Talent als Moderator über den Umweg Journalismus zum Beruf zu machen. Wenn der Weg über ein namhaftes Volontariat verschlossen bleibt, dann gibt es andere Türen. Gibt es auch die nicht, muss man eben Wände aufstemmen. Mein Vater hat mir glücklicherweise schon früh eingebimst: „Wer etwas will, findet Wege – alle anderen finden Gründe.“ Tatsächlich bin ich bis heute davon überzeugt, dass es genau diese beiden Menschentypen gibt: *Gründesucher* und *Wegefinder* – auch wenn das ziemlich holzschnittartig klingt. Dennoch steht außer Frage, wer im Leben erfolgreicher ist. Egal, wo du gerade in deiner beruflichen Laufbahn stehst: Sei ein Wegefinder!

DIE COVEY-BIBLIOTHEK: DER SCHLÜSSEL ZU DEINEM PERSÖNLICHEN ERFOLG

GLEICH WEITERLESEN?

Entdecke noch mehr **Tipps, Tricks und Praxis-Hacks** für ein erfolgreiches, glückliches Leben. Scanne den QR-Code – und schon kommst du zu unserer **Covey-Bibliothek**.



Hier warten spannende **Leseproben** zu den Themen **Erfolg, Persönlichkeitsentwicklung** und **Besser leben** auf dich. Finde dein Wunschbuch und bestelle es ganz bequem mit nur einem Klick.