

# Beruf & Karriere

**job messe**  
über 110 Aussteller!  
6.930 Karrierechancen!  
21./22.01. MOC/Halle 1!  
jobmessen.de

Anzeigenannahme  
Telefon: (089) 5306 - 222  
Fax: (089) 5306 - 640  
Internet: merkurtz.de  
E-Mail: stellenanzeigen@merkur.de

Noch mehr Stellenangebote im Internet:  
[jobs.merkur.de](http://jobs.merkur.de)



## Wann ein Training wirkt

### Veränderung geht über das Unbewusste

Mit Mitte Dreißig hatte ich einiges gelesen: Ratgeberbücher zum Vereinfachen des Lebens. Experten-Artikel, die mir mit zehn Tipps versprechen, wie ich effizienter arbeite. Oder wie ich mit ein paar Tricks meine Ehe kitte. Motiviert von den tollen Stories der Schreiber, setzte ich mich in deren Seminare. Hörte zu, wie Macher besser verhandeln und sah ein, dass Ehe und Beziehung harte Arbeit sind.

Geholfen hat mir das alles wenig. Die Gründe dafür, wieso Vorträge oder Ratgeberbücher nichts taugen, sind inzwischen neurobiologisch belegt. Denn mit Trainings und Texten erreichten mich Trainer und Tutoren maximal auf der bewusstseinsfähigen, kognitiv-sprachlichen Ebene. Hirnforscher Gerhard Roth nennt sie die vierte von vier Ebenen, die die Entwicklung unserer Psyche bestimmen. Nach dem Roth-Modell müssen die limbischen Ebenen im Gehirn aktiviert werden, damit sich Verhalten und Haltung verändern. Die kognitiv-sprachliche Ebene bildet die Grundlage unserer Intelligenz. Auf ihr verstehen und sehen wir ein. Sie ermöglicht es uns, zu planen und uns dem Umfeld angemessen zu verhalten. Wer jedoch sein Verhalten ändern möchte, muss die intuitiven und unbewusst ablaufenden Prozesse auf den limbischen Ebenen ansprechen.

Abweichungen zwischen diesen Ebenen führen zu Opportunismus oder wir verstellen uns, verdeutlicht Roth: Einsicht führt nicht zum Handeln. Das Lesen eines Ratgebers bewirkt nichts, weil die emotionale Anbindung fehlt. Wir erleben nicht, was der Autor rät. Ein kurzer



„Einsicht führt nicht zum Handeln“, weiß Autor Michael Sudahl auch aus eigener Erfahrung. Der Journalist und Körper-Therapeut erklärt, warum Ratgeber oft nicht helfen.  
FOTO: PANTHERMEDIA.NET/DENISIMAGILOV

Blick auf die drei limbischen Ebenen erklärt den Zusammenhang. Die untere limbische Ebene steuert elementare Verhaltensweisen und Gefühle. Die Zustände sind genetisch und vorgeblich geprägt und laufen unbewusst ab. Hier wird das Temperament festgelegt, mit dem wir geboren werden.

In der ersten Zeit nach der Geburt reift die mittlere limbische Ebene – die Ebene emotionaler Prägungen. Ereignisse werden mit den vier Grundgefühlen Freude, Angst, Trauer und Wut verknüpft. Unser Selbstbild entsteht. Wir entwickeln Mitgefühl. Diese und die erste Ebene bilden den Kern unseres Wesens. Die obere limbische Ebene speichert bewusste Antriebe und Erfahrungen. Hier entwickeln sich Impulshemmer. Wir lernen, Risiken zu erkennen und

zu bewerten. Moral sowie Belohnungs- und Bestrafungssysteme sind hier beheimatet. Bis etwa zum 20. Lebensjahr

#### Woche für Woche:

Rund 300 Jobangebote in Ihrer Zeitung und fast 10000 Angebote online unter [jobs.merkur.de](http://jobs.merkur.de)

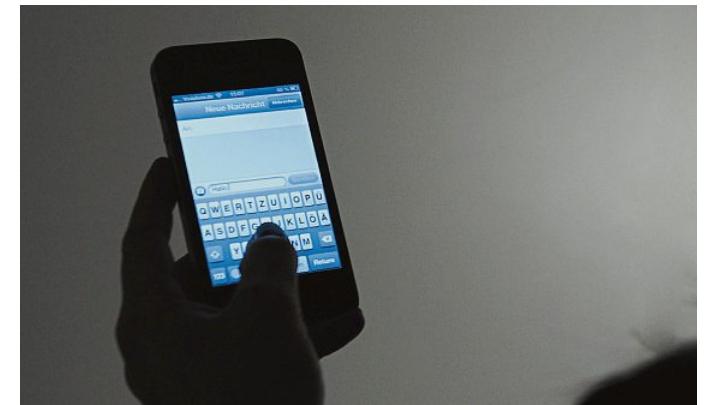
passen wir uns an, orientieren uns dabei am Spiel innerhalb der Gesellschaft.

Wer nun an seinem Verhalten und Handeln etwas Tiefschürfendes verändern möchte und nicht das Gefühl haben will, sich verbiegen zu müssen, der muss neben der kognitiven die limbischen

Üben gibt es etliche. Coaches und Therapeuten verfügen je nach Ausbildung über einen ganzen Baukasten an Werkzeugen, die helfen, ins Gefühl zu kommen. Der Perspektivwechsel etwa ermöglicht die Denk- und Sichtweise sowie das Gefühl eines anderen zu erleben. Angesprochen werden in diesem Setting die kognitiv-sprachliche Ebene sowie die bewusste obere limbische Ebene. Gleiches gilt für Entscheidungs- und Loslass-Prozesse. Sie können beispielsweise helfen, eine Scheidung besser zu verarbeiten oder ein gescheitertes Unternehmen kann dadurch die insolvente Firma gelassener verabschieden.

Tiefer – also in die nicht erinnerungsfähige mittlere sowie die unbewusste untere limbische Ebene – greifen Problemlösungs-Prozesse ein, wie das Üben neuer Verhaltensweisen. Doch dieser Weg ist lang und mühsam. Denn „die Amygdala vergisst nichts“, verdeutlicht Hirnforscher Roth. In unserem paarigen Angstzentrum im Gehirn können wir nichts löschen. Alte Erfahrungen werden vielmehr eingekapselt oder überschrieben. Sie brechen hervor, wenn wir hart kritisiert werden oder unter Stress geraten.

Wer hier ran will, muss üben, üben und nochmals üben. Immerhin wird man dafür belohnt. Das körpereigene Glückshormon Dopamin begleitet das emotionale Erfahren von Problemen. Wer einmal damit anfängt, schwierige Situationen aus seinem Leben nochmals zu beleuchten und zu erleben, kann Spaß daran gewinnen, weil er sie nun anders interpretieren, umdeuten und gestalten kann. MICHAEL SUDAHL



Ob persönlich oder per Telefon: Arbeitnehmer müssen mit einer fristlosen Kündigung rechnen, wenn sie Kollegen massiv beleidigen. FOTO: DPA

#### BLICKPUNKT ARBEITSRECHT

### Massive Beleidigung führt zur Kündigung

Arbeitnehmer müssen mit einer fristlosen Kündigung rechnen, wenn sie Kollegen massiv beleidigen. Darauf weist die Arbeitsgemeinschaft Arbeitsrecht des Deutschen Anwaltvereins (DAV) hin. Sie bezieht sich auf eine Entscheidung des Landesarbeitsgerichts Rheinland-Pfalz (Az.: 4 Sa 350/15).

In dem verhandelten Fall klagte eine Kinderkrankenschwester gegen ihre Kündigung. Die Frau arbeitete seit 1994 bei ihrem Arbeitgeber. An einem Abend versandte die Frau, nachdem sie Alkohol getrunken hatte, eine SMS an eine Kollegin. Der Text strotzte vor Beleidigungen und Unterstellungen. Die Anrede war „Hi Arschloch“. Dann folgten weitere Beleidigungen. Ihr Arbeitgeber kündigte der Mitarbeiterin fristlos sowie hilfsweise außerordentlich mit Auslauffrist.

Die Kündigungsschutzklage der Frau blieb dann erfolglos. Grobe Beleidigungen von Ar-

beitskollegen, die eine deutliche Ehrverletzung für den Betroffenen bedeuteten, seien ein erheblicher Verstoß des Arbeitnehmers gegen seine Pflichten aus dem Arbeitsverhältnis. Das rechtfertige eine außerordentliche, fristlose Kündigung, entschied das Gericht.

Im vorliegenden Fall sei klar, dass die Frau ihre Kollegin in besonders grober Weise beleidigt habe. Aufgrund der Schwere der Pflichtverletzung sei auch eine vorherige Abmahnung nicht notwendig gewesen. Außerdem sei die Klägerin bereits einschlägig abgemahnt worden. Die Interessenabwägung ergebe nichts Anderes. Zwar spreche die lange Betriebszugehörigkeit für die Klägerin. Jedoch könne ein Arbeitgeber schwerwiegende Beleidigungen unter seinen Beschäftigten nicht dulden. Außerdem sei das Fehlverhalten der Frau geeignet, den Betriebsfrieden irreparabel zu zerstören. DPA

#### BERUFSWAHL

### Jobs in der Sozial- und Gesundheitsbranche

Am Donnerstag, 19. Januar findet in der Agentur für Arbeit München von 14.30 Uhr bis 17 Uhr ein Informationsnachmittag für Schülerinnen und Schüler rund um die Themen Ausbildung und Studium in sozialen, medizinischen, therapeutischen und pflegerischen Berufen statt.

Ob als Erzieher, Gesundheits- und Krankenpfleger oder als Physiotherapeut in der eigenen Praxis: Sozial- und Gesundheitsberufe bieten laut Arbeitsmarktexperten gute Einstellungschancen und eine einzigartige Ausbildungsvielfalt. Aufgrund der demografischen Entwicklung werden in Zukunft verstärkt gut ausge-

bildete Fachkräfte in diesem Bereich gesucht. Immer mehr Ausbildungseinrichtungen bieten auch ein duales Studium oder einen Berufsabschluss als Bachelor an, berichtet Anne Beck, Pressesprecherin der Agentur für Arbeit in München im Vorfeld des Infonachmittags. Die große Vielfalt interessanter Ausbildungs- und Aufstiegsmöglichkeiten im Gesundheits- und Sozialbereich mache eine umfassende Vorabinformation unabdingbar. Die Veranstaltung „Der Mensch im Mittelpunkt“ findet im Berufsinformationszentrum (BiZ) der Agentur für Arbeit München, in der Kapuzinerstraße 30 statt. UK

## BERUFSBILDER

Ergotherapeuten helfen Menschen, die in ihren Handlungen eingeschränkt sind, in den Alltag zurückzukehren. Das betrifft Demenzerkrankte, Menschen mit einer Depression, Schlaganfall-Patienten, psychisch auffällige Kinder und viele andere. Ergotherapeuten fragen gezielt nach Gewohnheiten und Wünschen. Sie sprechen nicht von Patienten, sondern von Klienten, die sie auf Augenhöhe behandeln.

Anna Longrée hat im Oktober 2016 ihre dreijährige Ausbildung abgeschlossen. Die 23-Jährige ist in einer Praxis in Wuppertal angestellt, die mit einem Krankenhaus kooperiert. Vormittags arbeitet sie auf der Geriatriestati-

on mit älteren Menschen, nachmittags widmet sie sich Klienten, die meist unter neurologischen oder psychischen Störungen leiden, darunter auch Kinder. „Es geht darum, Menschen wieder fit für ihren Alltag zu machen“, sagt Longrée und beschreibt Hilfsmittel, auf die sie zurückgreift. Rollatoren ermöglichen das Gehen, das ist klar. Aber wie versorgt man sich, wenn einfache Dinge wie Anziehen und Frühstück unmöglich scheinen? „Wenn einer einen Schlaganfall hatte, halbseitig gelähmt ist und sein Brötchen nicht mehr schmieren kann, gibt es für die Küche so etwas wie ein Nagelbrett“, sagt Longrée. Das Brötchen liegt fest darauf, mit einer Hand lässt es sich dann schmieren.

Ergotherapeuten heißen einst Beschäftigungs- und Arbeitstherapeuten. Die Anforderungen hätten sich stark verändert, erklärt Inga Junge vom Deutschen Verband der Ergotherapeuten (DVE). „Heute wird der Klient nicht mehr nur als Einzelperson mit einer bestimmten Erkrankung betrachtet, sondern die Beeinträchtigung in ihrer Gesamtheit

gesehen“, sagt die Referentin für Aus- und Weiterbildung. Es gibt zwei Möglichkeiten, in den Beruf einzusteigen – über die dreijährige Ausbildung an einer Berufsfachschule oder das Studium. Ergotherapeuten sind grundsätzlich auf ärztliche Verordnungen angewiesen. „Aber als Ergotherapeut wird man nicht reich“, sagt Longrée. Der DVE verweist auf den Tarif im öffentlichen Dienst. Das Einstiegsgehalt liege bei rund 2289 Euro brutto, mit Leitungsfunktion bei rund 2648 Euro. Die Nachfrage nach Ergotherapeuten sei überall stark, sagt



Geraldine van Gogswaardt, Sprecherin der Bundesagentur für Arbeit. Um die Anforderungen der Arbeitgeber zu erfüllen, seien unter anderem psychische

**Ausbildung plus Studium:** Anna Longrée absolviert einen Bachelor, den sie wegen ihrer Vorkenntnisse aus der Lehre auf eininhalb Jahre verkürzen kann.

Stabilität und Selbstkontrolle im Umgang mit zum Teil verhaltensauffälligen oder aggressiven Menschen wichtig, sagt van Gogswaardt.

Berufseinsteigerin Longrée macht die Arbeit Spaß, insbesondere die mit Kindern. „Bei Kindern geht man ganz viel übers Spiel.“ Sie habe von einer Mutter erfahren, dass ihr Kind sogar mit der Ergotherapie angibt und anderen Kindern sagt, wie viel Spaß das macht. „Und jetzt wollen alle zur Ergotherapie.“ MAURICE WOJACH



Zurück in den Alltag: Mithilfe eines Nagelbretts gelingt es vielen, trotz einer Lähmung wieder ein Brot zu schmieren. FOTOS: DPA

