



Glücklich navigieren in der Multioptionsgesellschaft

Einen neuen Job suchen, Voll- oder Teilzeit arbeiten? In der Stadt oder auf dem Land wohnen, Kinder haben oder nicht, wohin in die Ferien, welche Weiterbildung anpacken und welches Joghurt wählen? Immer mehr Optionen stehen zur Verfügung, vermeintlich eine riesige Zunahme der persönlichen Freiheit in den letzten 50 Jahren. Warum werden die Menschen nicht immer glücklicher? Entscheidungen für Sinn und Beziehungen bringen auf die richtige Spur. von Sina Bardill

Aufgrund objektiver Kriterien gilt die Schweiz als Insel des Glücks. Viele positive Faktoren kommen hier zusammen: relativ saubere Luft und sauberes Wasser, ein funktionierendes Staatswesen, ein super Bildungssystem, ein hohes Durchschnittseinkommen, viele Möglichkeiten zur Selbstverwirklichung usw. Trotzdem sagt uns eher die Vernunft als das Gefühl: Eigentlich sollten wir doch glücklich sein.

Die Qual der Wahl

Wenn immer mehr zur Auswahl steht, wird das Entscheiden schwieriger. Zu viele Wahlmöglichkeiten verursachen Stress, weil der Überblick verloren geht und man keine vernünftigen Vergleichskriterien anwenden kann. Dazu kommt: Trifft man eine Entscheidung, verzichtet man auf alle nicht gewählten Optionen, und genau die haben sich vervielfacht. Damit verbindet sich das Gefühl, das Beste vielleicht doch verpasst zu haben.

Wochenlang werden Kataloge studiert, Online-Bewertungen gelesen, dann fällt der Entscheid für einen erstklassigen Elektro-Grill. Kaum steht dieser zu Hause, wird ein noch tolleres Modell angepriesen, das zudem noch vergünstigt ist. So hat man zwar einen genialen Grill – aber freuen kann man sich nicht mehr



Die Auswahl ist riesig: Oder wer die Wahl hat, hat die Qual.

daran. Dasselbe gilt auch für eine neue, viel versprechende Stelle und nicht selten auch für den eigenen Partner. Wartet eventuell hinter der nächsten Ecke ein noch besseres Angebot?

Schuldgefühle bei falschem Entscheid

Weitere Faktoren, die unglücklich machen: Reue und Schuldgefühle. Wer die Wahl hat, ist auch selbst schuld, wenn es nicht so «herauskommt» wie erhofft.

Dazu ein Beispiel: Endlich fällt der Entscheid für einen bestimmten Urlaubsort. Ist das Hotel aber nur mittelmässig, und es regnet die meiste Zeit, kommen (Schuld-)Gefühle auf, man sei für den verdorbenen Urlaub verantwortlich.

Dasselbe gilt für eine neue berufliche Herausforderung, wenn die Familie mit an den neuen Ort umgezogen ist: Was, wenn die Stelle nicht hält, was sie versprach? Die Multi-Options-Gesellschaft bürdet dem Einzelnen sehr viel Verantwortung auf. Die gesellschaftlichen Einflussfaktoren und die wirtschaftlichen Interessen dahinter bleiben oft unsichtbar.

Beziehung statt Status wählen

Die Glücksforschung zeigt: Ein gewisses Einkommen steigert das Glücksempfinden (oder umgekehrt: Armut macht in der Regel unglücklich). Dies stimmt jedoch nur bis zu einem bestimmten Punkt,

danach stagniert der Effekt. Immer mehr macht also nicht immer glücklicher. Ganz im Gegenteil: Denn mehr zu verdienen hat auch seinen Preis, sind doch damit etwa Überzeit oder vermehrtes Pendeln verbunden. In der Folge werden der Erwerbsarbeit andere Interessen und Bedürfnisse untergeordnet.

Und oftmals reduzieren Menschen dabei Dinge, die glücklich machen. Das ist im erster Linie Zeit für die Beziehungspflege. Das heisst, für andere da zu sein und bei Bedarf Hilfe anzunehmen, sich auszutauschen und Erlebnisse zu teilen. Aber auch sonstig Sinngebendes, das sich nicht am Status orientiert, wird reduziert – z.B. das Erleben der Jahreszeiten im Garten oder etwas mit seinen Händen zu «erschaffen».

Sich für solche Erfahrungen sowie konkretes Tun Zeit zu nehmen ist die beste Investition ins eigene Lebensglück. Letztlich wird dies nicht nur die Familie und der Freundeskreis, sondern auch der Arbeitgeber danken – weil der Mitarbeitende gesund und belastbar bleibt.

■ Sina Bardill ist Psychologin FSP und Supervisorin/Coach BSO. Sie arbeitet seit 2003 als Beraterin in eigener Praxis in Scharans und Luzern. www.gestaltungs-raum.ch Telefon 081 651 50 43

Bild zvg

Müntener & Thomas

Personalsuche und Kaderselektion

Unsere Mandantin

ist ein innovatives, global tätiges **Industrieunternehmen**, welches erstklassige Produkte und Systeme für eine breitgefächerte und anspruchsvolle Kundschaft im Maschinen- und Anlagenbau entwickelt, produziert und weltweit vertreibt. Im Auftrag der Geschäftsleitung suchen wir für die Niederlassung im **Churer Rheintal** eine ausgewiesene Persönlichkeit für die Position

Verantwortlicher Finanzen & Dienste (m/w)

Die Hauptaufgaben

In dieser Generalistenfunktion sind Sie direkt dem Geschäftsleiter unterstellt und mit zwei Mitarbeitenden für die Steuerung des gesamten lokalen kaufmännischen Bereichs (Finanz-/Rechnungswesen, Controlling, Finanzplanung, Budgetierung, Liquiditätsplanung, Investitionsprojekte, Human Resources, Vertrags-/Versicherungswesen) sowie das Reporting an die Konzernzentrale verantwortlich. Dabei unterstützen Sie die anderen Unternehmensbereiche in betriebswirtschaftlichen Fragestellungen und wirken in diversen Projekten mit.

Das Anforderungsprofil

Diese Position möchten wir einer sozialkompetenten, teamfähigen Persönlichkeit mit Praxis in ähnlicher Funktion im industriellen Umfeld und einer höheren finanzspezifischen oder betriebswirtschaftlichen Weiterbildung anvertrauen. Zudem sind Sie ein „Macher“, dienstleistungsorientiert und haben das Flair für den Umgang mit verschiedenen Menschen.

Das Angebot

Es erwarten Sie ein gut positioniertes KMU, eingebettet in Konzernstrukturen, fortschrittliche Anstellungsbedingungen, ein kompetentes Team sowie ein Tätigkeitsfeld, wo Spielraum für Eigeninitiative vorhanden ist.

Ihre Kontaktperson

Auf Ihre schriftliche Bewerbung (per E-Mail/Post) oder telefonische Kontaktaufnahme für Erstauskünfte freut sich: André Thomas, Geschäftsleiter. Für **Diskretion und Kompetenz** bürgt unser Name.

Arbeiten in der Region



KnS | ilnet | connecta ag
Glennerstrasse 22a | Tel. +41 81 926 27 28
CH-7130 Illanz | connecta@connecta.net

Die connecta ag mit Sitz in Illanz und Filiale in Landquart ist der grösste Bündner Telekommunikationsnetzbetreiber. TV, Radio, Internet, interaktives Fernsehen, Telefon und Public-WLAN, sowie Bau und Betrieb von Kommunikationsnetzen gehören zu unseren Angeboten. Unser Ziel ist es, unsere Kunden mit dem leistungsfähigeren Netz, attraktiven Angeboten und tollem Service zu begeistern.

Zur Verstärkung unseres Teams Kundenbetreuung suchen wir für unseren Standort Illanz eine/n

KAUFFRAU / KAUFMANN

Die Hauptaufgaben

Sie betreuen unsere Kunden in administrativen und technischen Belangen. Dazu gehören einerseits das Erstellen von Verträgen, Mutationen und Rechnungen mit Hilfe unserer Branchensoftware sowie die Bearbeitung von schriftlichen Anfragen und andererseits der technische First-Level-Support.

Das Anforderungsprofil

Für diese Funktion bringen Sie eine kaufmännische Ausbildung und idealerweise Berufserfahrung mit. Sehr gute EDV-Kenntnisse, technische Affinität, Lernbereitschaft und Freude am Umgang mit Kunden sind uns besonders wichtig. Wir erwarten korrekte Umgangsformen, eine hohe Kundenorientierung und gute Kommunikationsfähigkeiten. Kenntnisse in Romanisch, Italienisch und Englisch sind von Vorteil. Ein bis zwei Tage pro Monat bedienen Sie unsere Geschäftsstelle in Landquart.

Das Angebot

Eine entwicklungsfähige und verantwortungsvolle Stelle, ein innovatives Unternehmen, motiviertes Team, gutes Betriebsklima, moderne Infrastruktur und gute Anstellungsbedingungen.

Stellenantritt per sofort oder nach Vereinbarung.

Nähere Auskunft zu dieser Stelle erteilt Ihnen gerne Frau Carmen Steger, Leiterin Kundenbetreuung, 081 926 27 28 oder carmen.steger@connecta.net.

Senden Sie Ihre Bewerbungsunterlagen an: connecta ag, Frau Carmen Steger, Glennerstrasse 22a, 7130 Illanz, carmen.steger@connecta.net