



Hilft stehen bleiben?

Veränderung ist Leben. Immer weiter, immer schneller ist nicht immer auch besser. Geht das heute überhaupt noch, sich nicht verändern? **VON MAGDALENA VACHOVA**

» Geschichten über persönliche Veränderung inspirieren. Es sind Roman- und Film-Figuren wie Elizabeth aus „Eat, Pray, Love“ oder Forrest Gump, die zeigen: Nur Mut! Wer den Schritt ins Ungewisse wagt und Neues probiert, wird mit unerwartet schönen Erlebnissen, Gefühlen und letztlich Erfahrungen, die die Sicht auf die Welt verändern, belohnt. Wer sich nicht verändert, verpasst das Leben – Veränderung ist das Leben. Ein Hollywood-Film, in dem jemand einfach mal bleibt wie er ist – wer würde den schon ansehen wollen?

Das ständige Streben nach mehr und anderem ist aber nicht immer das Wahre. Die Geschichte zeigt uns: Ohne Zeit, Hingabe, Geduld und Fokus wären große Errungenschaften nie entstanden. Keine Glühbirne – Erfinder Thomas Edison brauchte angeblich 9999 Anläufe, um sie zum

Funktionieren zu bringen. Kein motorisiertes Auto – Erfinder Carl Benz wurde für sein Patent am „Motorwagen Nummer 1“ lange belächelt. Aber auch er ließ nicht locker.

„Expertise braucht Kontinuität“, sagt Gesundheitspsychologin und Leiterin des Arbeitsbereichs „Arbeits- und Organisationspsychologie“ an der Fakultät für Psychologie der Uni Wien, Christian Korunka. Wer stets nach Neuem lechzt – im Privatleben oder im Job – wird kaum in den Genuss kommen, eines Tages die Früchte seiner Arbeit zu ernten. Wird nie sehen, wohin einen mehr Fokus hätte bringen können. Zu sehr wird dann das grünere Gras auf der anderen Seite immer gewesen sein.

Ein Gleichgewicht zwischen Fokus und Veränderung zu finden, ist, so scheint es in der sich schnell verändernden Welt, ein Dilemma. „Fokus war in gewisser Weise immer schon eine Tugend – da hat sich bis heute

nichts daran verändert.“ Dass man sich dennoch oft verändern will, scheint in unserer Natur zu liegen. „Aus psychologischer Sicht lässt sich das mit den drei Grundbedürfnissen des Menschen argumentieren: Autonomie, Kompetenz und sozialer Einbindung. Sowohl in der Arbeitswelt, als auch im Privaten“, sagt Korunka. Ein weiterer Grund könnte der gesellschaftliche Druck sein, dem viele heute unterliegen: „Viele wollen besser sein als die Konkurrenz, wollen mehr verdienen, deshalb möchten wir immer weiter. Es gibt aber natürlich auch einen wirtschaftlichen Druck, der einen zwingt sich zu verändern. Etwa, wenn Firmen Mitarbeiter abbauen.“

Wereschafft, Zerstreutheit zu einer Zielstrebigkeit zu machen, gewinnt jedenfalls in vielerlei Hinsicht. Aber man müsse sich wohl an einen Gedanken gewöhnen, sagt der Psycho-

loge Korunka: „Veränderung ist heute die einzige Konstante.“ Es gebe in der Gesellschaft zwar durchaus den Impuls, inne zu halten, den Wunsch nach einer Verlangsamung der Zeit und das Bedürfnis nach Struktursicherheit und Stabilität – das ließe sich auch am Widerstand gegen Change-Prozesse in Unternehmen erkennen. Denn: „Jede Aktivierung kostet auch Energie“, so der Experte. „Aber das ist nicht immer negativ.“

Also dran bleiben wie Thomas Edison? Oder weiterziehen wie Forrest Gump? „Das eine braucht das andere. Es gibt beide Seiten der Medaille.“ Wer die Wahl zwischen den beiden Zuständen hat, kann sich eigentlich sogar glücklich schätzen. Christian Korunka: „Viele müssen sich aus ökonomischen Gründen verändern, sie passen sich der schnelllebigen Welt an. Für sie heißt es: Mitspielen oder draußen bleiben.“

FOTO: MATIJAZ SLANIC/ISTOCKPHOTO

BFI Wien hebt jetzt Zukunftspotenziale

BFI



Webdesigner oder Content Manager: Am Digi-Campus gibt es die passende Ausbildung

Laufende Optimierung. Das BFI reagiert ständig auf die sich ändernden Berufsbilder, indem es das Kursangebot immer wieder anpasst.

» Der Arbeitsmarkt ist im Umbruch, da fällt auch die Wahl der Ausbildung schwer. Wer weiß schon, welche Jobs in Zukunft sicher sind?

Orientierung bietet jetzt das BFI Wien. Denn das Institut berücksichtigt den Wandel der Berufsbilder und optimiert laufend sein Aus- und Weiterbildungsangebot. Zukunftspotenzial haben etwa Berufe im Gesundheits-, Sozial- und Digital-Bereich. Mit dem neu entwickelten Digi-Campus bietet das BFI Wien auch ein digi-

tales Portfolio an: Der Fokus liegt auf der digitalen Weiterbildung für alle – vom Basis- bis zum Experten-Level. 66 Trainer und Trainerinnen, die alle langjähriges Wissen aus der Praxis und modernste pädagogisch-didaktische Ansätze für die Wissensvermittlung mitbringen, halten mehr als 100 Kurse ab. Die Bandbreite ist groß: Am Digi-Campus sind Ausbildungen zum Social Media Manager ebenso zu finden wie Lehrgänge für SEO/SEA Manager, Online Marketing Manager oder Webdesigner. Im Digi-Campus bietet das BFI Wien erstmals an einem Ort gebündelt all jene Aus- und Weiterbildungsangebote an, die Interessenten bestmöglich für die digitale Zukunft rüsten. Hier finden Sie künftig den passenden Kurs für Ihre digitale Fitness. ■

Infos unter: www.bfi.wien/mehr-vom-leben und www.digi-campus.wien



SOZIALBERUFEAKADEMIE WIENERWALD

Qualifizierte Ausbildung

Ausbildung zur Heimhilfe. Die Ausbildung zur Heimhilfe umfasst je 200 Unterrichtseinheiten theoretische und praktische Ausbildung.

„Mein Ausbildungsangebot orientiert sich an den Bedürfnissen einer alternden Generation von Menschen“, erklärt Sabine Krames, Leiterin der Sozialberufeakademie Wienerwald. „Meine Teilnehmer und Teilnehmerinnen lernen sich selbst und andere in ihrer Lebenswelt kennen. Dadurch entsteht eine tolerantere Haltung.“

Die Kursteilnehmer werden von einem multiprofessionellen Team (ein Gesundheits- und klinischer Psychologe, ein Arzt und Jurist) begleitet. So ist eine qualifizierte Ausbildung für die Betreuung und Unterstützung in der Basisversorgung alter und intellektuell beeinträchtigter Menschen möglich. Die Kurse richten sich an Abteilungsgehilfen in Wohn-, Pensionisten- und Pflegeheimen, Fach- und Diplom-Sozialbetreuer,



Sabine Krames ist die Leiterin der Sozialberufeakademie Wienerwald

Studierende, deren Studienzuschüsse ein Pflegepraktikum vorsehen, sowie Personen ab 18 Jahren, die sich für eine soziale Ausbildung interessieren. ■

Anmeldung ab sofort!

Kursstart: 5. März und 12. April
Fortbildungen: Transkulturelle Kompetenz, Aktivierung im Alltag
www.sbaw.at, Tel. +43 664 4200918

STUDIENZENTRUM WEIZ

Studieren neben dem Job

Speziell. Vom Ing. zum Dipl.-Ing. (FH) in 2 Jahren berufsbegleitend.

Das Studienzentrum Weiz organisiert in Kooperation mit der HS Mittweida österreichweit speziell auf HTL-Absolventen zugeschnittene Diplomstudien. Durch Anrechnung von Vorqualifikationen kann die Studiendauer um bis zu vier Semester verkürzt werden.

Gute Vereinbarkeit von Beruf, Studium und Familie: Der Studienablauf ist mit der Kombination aus Präsenzveranstaltungen und Fernstudienelementen optimal auf die Bedürfnisse Berufstätiger abgestimmt und ermöglicht flexible Zeiteinteilung. Die Vorlesungen finden 6 bis 7 Mal pro Semester am Wochenende statt, Aufgabenstellungen aus der Praxis können in das Studium mit einfließen. ■

Jetzt noch schnell anmelden für Studienstarts im März 2018: Wirtschaftsingenieurwesen an der Bul-



Der Studienverlauf ist optimal auf die Bedürfnisse Berufstätiger abgestimmt

me Graz und HTBLA Wolfsberg. Maschinenbau an der HTBL Holbrunn.

Information & Anmeldung: Studien- und Technologie Transfer Zentrum Weiz, Tel.: 03172/603 4020, www.aufbaustudium.at