

# Inhalt

---

<b>Vorwort.....</b>	<b>5</b>
Ein Ende mit Schrecken, aber kein Schrecken ohne Ende.....	5
<b>Was, wenn wir so weiter machen?.....</b>	<b>7</b>
<b>Wie geht es vorwärts?.....</b>	<b>8</b>
<b>Welche Chancen bietet ein neuer Job?.....</b>	<b>10</b>
Du kommst mit neuen Menschen in Kontakt.....	11
Mehr Geld.....	11
Mehr Freizeit.....	12
Neue Lebensqualität.....	12
Neues lernen, Horizont erweitern.....	13
Neue Möglichkeiten, Chancen, Beziehungen.....	13
Innere Selbstzufriedenheit.....	14
Bessere Gesundheit.....	14
Befreiungsschlag.....	15
<b>Was steckt hinter der Angst?.....</b>	<b>15</b>
<b>Das „Worst-Case-Szenario“ .....</b>	<b>17</b>
<b>Jede Pleite ist eine neue Chance.....</b>	<b>19</b>
<b>Was gewinnst du konkret?.....</b>	<b>20</b>
<b>Nutze die Kraft positiver Gedanken.....</b>	<b>23</b>
<b>Wo liegt die Job-Zukunft?.....</b>	<b>24</b>
Gesundheitswesen: Kranken- und Altenpflege.....	24
<b>Goldgrube Internet.....</b>	<b>26</b>
Umweltschutz und Klimawandel.....	27
Solar und Wind.....	28
Optische Technologie wie Lasertechnik.....	28

Pharmaindustrie.....	29
Tourismusbranche und Freizeitwirtschaft.....	29
Sex Sells.....	30
Kultur, Unterhaltung, Veranstaltungstechnik.....	30
Mediengestalter.....	31
Büffet- oder Cocktail-Service.....	31
Alleinunterhalter.....	32
Autor, Buchschreiber oder Allround-Texter.....	33
Hotlines, Helplines.....	34
Sozialberater.....	34
Kindergeld, Schlechtwettergeld auf dem Bau oder.....	35
Seelsorger.....	35
Grundsätzliche Hilfen.....	35
<b>RESET-Checkliste.....</b>	<b>37</b>
<b>Schlusswort.....</b>	<b>39</b>

# Vorwort

---

## Ein Ende mit Schrecken, aber kein Schrecken ohne Ende

Nach einer bekannten Studie gehen nur 15 Prozent der deutschen Arbeitnehmer gerne und mit kreativem Tatendrang zur Arbeit. 16 Prozent dagegen haben ihre innere Kündigung vollzogen und sitzen nur noch ihre Zeit ab. Und 69 Prozent machen Dienst nach Vorschrift. 22 Prozent der Mitarbeiter sind mit ihrer Gesamtsituation unzufrieden, zeigt eine andere Untersuchung. Welches volkswirtschaftliche Potenzial geht der Wirtschaft durch mangelnde Motivation verloren?

Dein Arbeitsplatz nervt dich schon lange. Nur du kriegst die Kurve nicht, fühlst dich gefesselt in deinem Job, der dir vermeintliche Sicherheit bietet. Deine Verantwortung erdrückt dich. Wer sorgt sonst für den Familienunterhalt? Deine Frau wird verzweifelt sein: Wie bringen wir die Kinder durch? Du schaffst einfach den Absprung nicht. Du hast Angst davor, auf der Straße zu liegen, unter der Brücke zu schlafen oder deine Familie nicht mehr ernähren zu können. So quälst du dich weiter, bis es nun wirklich nicht mehr geht. Eigentlich hast Du schon viel zu lange in der nervigen Arbeitsstelle ausgehalten. Du leidest echt, und der verhasste Job macht dich obendrein auch noch krank.

Viele Menschen stehen vor diesem Problem – und schaffen den Ausstieg nicht. Sie glauben, niemanden zu haben, der ihnen hilft. Dabei werden die Fesseln deines Jobs von Tag zu Tag nur noch enger. Ja, es zerreißt einen förmlich – innerlich. Man ist hin- und hergerissen zwischen dem dringend notwendigen Cut und einem Sicherheitsdenken, das es gar nicht gibt.

In dem Moment hilft wirklich nur der Spruch: Lieber ein Ende mit Schrecken, als ein Schrecken ohne Ende. Das heißt: Durchschlage doch endlich den Gordischen Knoten mit einem scharfen Schwert und befreie dich von den Fesseln. Alexander der Große hat es ganz einfach vorgemacht. Statt den Knoten mühsam zu entwirren (= ständig einen Modus Vivendi an deinem bescheidenen Arbeitsplatz zu suchen), nahm er sein Schwert und schlug ihn durch – Aufgabe gelöst!