Wann macht Arbeit Spaß? von Antje Häckel

Bevor ich ins Detail gehe, möchte ich eine einfache Antwort geben: Arbeit macht dann Spaß, wenn sie mich herausfordert und zufrieden macht. Während ich arbeite, muss ich Probleme lösen. Damit das gut funktioniert, brauche ich verschiedene Voraussetzungen und Fähigkeiten. Besonders wichtig sind die folgenden Faktoren:

FAKTOR 1: Kompetenz

Die Arbeit ist nicht zu leicht für mich, aber auch nicht zu schwer. Sie ist eine Herausforderung, die ich gut schaffen kann. Das gibt mir Sicherheit und ich fühle mich kompetent.

FAKTOR 2: _____

Meine Arbeit ist für meine Firma und für mich selbst sinnvoll und wichtig. Deshalb mache ich sie gern.

FAKTOR 3: _____

Ich kann weitgehend selbst einteilen, wie ich meine Arbeit organisiere. Das gibt mir ein Gefühl von Eigenverantwortung und macht mich zufrieden.

FAKTOR 4: _____

Mit meiner Arbeit tue ich etwas Wertvolles für das ganze Unternehmen. Deshalb zählt auch meine Meinung, wenn es um Entscheidungen geht. Das stärkt mein Gefühl, wichtig zu sein.

FAKTOR 5: _____

Wer arbeitet, möchte auch ein Feedback bekommen. Deshalb sollte es immer wieder ehrliche und konstruktive Rückmeldungen von meinen Kolleg:innen und meiner Chefin oder meinem Chef geben.

LIVEWORKSHEETS