

stellenrevue htr marché d'emploi

Der grösste Stellenmarkt der Branche
Le principal marché de l'emploi
de la branche

htr hotelrevue Nr. 23 / 10. Juni 2010

reception@hotelleriesuisse

Schlüsselkompetenzen für
den Hotelpfänger erwerben

www.hotelleriesuisse.ch/weiterbildung
Telefon 031 370 43 01



Veränderungen
beginnen hier
htr stellenrevue

www.hoteljob.ch

htr hotelrevue

www.gastrojob.ch

Topjobs und Gastroprofis – ganze Schweiz



GastroJob

Telefon 041 418 23 33 info@gastrojob.ch

Inhalt / Sommaire

Aus- und Weiterbildung	2
Direktion/Kaderstellen	3-4
Deutsche Schweiz	3-8
Suisse romande	-
Svizzera italiana	8
International/Marché international	-
Stellengesuche/Demandes d'emploi	8
Immobilien	9

Lebensqualität

Work-Life-Balance
– nur für flexible
Menschen.
Doch wer will schon
nicht flexibel sein?



SBB/Alain D. Bollat zvg

Work-Life-Balance



FRANZISKA BISCHOF-JÄGGI
GESCHÄFTSFÜHRERIN
FAMILIENMANAGEMENT GMBH

Gelebte Work-Life-Balance bedeutet, sein Berufs- und Privatleben so zu vereinbaren, dass sowohl soziale Kontakte als auch die Gesundheit auf geistiger, emotionaler und körperlicher Ebene nicht auf der Strecke bleiben. Das tönt nachvollziehbar, einleuchtend und attraktiv.

Menschen ohne Work-Life-Balance hingegen funktionieren wie steuerbare Marionetten durch den Tag, durch die Woche, durch das Leben und entschuldigen sich damit, dass sie gefangen seien in Strukturen und Verantwortlichkeiten und gar nicht anders könnten – eben unflexibel sind. Die Folge ist, dass sie sich eingengt und permanent fremdgesteuert fühlen und längerfristig auf einen gesundheitlichen oder beziehungsständigen Absturz hin zielen. Das tönt genauso nachvollziehbar

und einleuchtend, doch ganz ehrlich wenig attraktiv.

Kritisches Hinterfragen

Im Allgemeinen tendieren wir Menschen dazu, den Weg des geringsten Widerstandes zu beschreiten. Weil es bequem ist, weil es sich bewährt hat, weil es auch viel zu anstrengend wäre, Gewohntes immer wieder zu hinterfragen. Wer aber nicht hinterfragt, verpasst enorm viel Innovation und Kreativität! Denn nur, wer sich an Grenzen wagt und Höchstleistungen anstrebt, sein Ganzes geben will – beruflich und privat – muss immer wieder nach neuen Lösungen suchen, kommt letztlich aber weiter! Menschen mit Work-Life-Balance haben eine hohe Selbstwirksamkeitsüberzeugung, weil sie die Erfahrung gemacht haben, dass

sie – trotz allen Anforderungen im Leben – Herr und Frau ihrer selbst sind. Sie setzen sich Ziele – beruflich und privat: Was möchte ich in der Beziehung dieses Jahr noch erleben? Entspricht die Aufgabenteilung im Beruf und im Privatleben mit der aktuellen Lebensphase überein? Wie ernst setze ich mich im Alltag für meine Gesundheit ein? Wie wichtig ist mir die Beziehung zu Menschen über alle Generationen hinweg? Wie zufrieden bin ich mit meinem Leben?

Veränderung durch Krise

Solche Fragen können «gefährlich» sein, indem sie Zweifel und Lust auf Veränderung auslösen können. Entwicklungen aber – das ist bekannt aus der Entwicklungspsychologie – entstehen oft erst bedingt durch eine Krise. Sie lassen den Lei-

densdruck gross genug werden, damit die Motivation und die Bereitschaft überhand nehmen, die Komfortzone zu verlassen und Veränderungen zuzulassen und anzupacken, Widerstände im Kopf zu durchbrechen, gegen sie und die Gewohnheiten anzukämpfen und ganz bewusst neue Wege einzuschlagen.

Dabei gehören anfängliche Widerstände bei sich und im Umfeld mit zur «Krise», die überwunden werden muss. Der Weg raus aus den Gewohnheiten, raus aus den Ängsten, raus aus festgefahrenen Schnellspurrassen ist riskant. Ohne Risiko aber kein Gewinn! Es lohnt sich, flexibel zu sein und die Komfortzone ab und an zu verlassen! Sie werden belohnt durch einen grösseren Handlungsspielraum und durch mehr Lebensqualität!



Travel Industry Club Schweiz

der Wirtschaftsclub für Entscheidungsträger der Reiseindustrie

Nächster Anlass: 23. Juni 2010 „Business Travel“

www.travelindustryclub.ch