

Deine natürlichen Rollen

*„Wir alle sind Schauspieler auf dieser großen Bühne, die sich Erde nennt.“
– William Shakespeare*

DARUM GEHT ES

Wir Menschen nehmen im Laufe des Lebens ganz unterschiedliche Rollen ein – wie auf einer Bühne, in der wir je nach Schauspiel und Szene in unterschiedliche Rollen und Charaktere schlüpfen. In unserem Leben passiert das meist ganz natürlich und nicht bewusst. Rollen müssen nicht zwingend konsistent und immer gleich sein, denn wir nehmen oft auch verschiedene Rollen in verschiedenen Kontexten ein. Im Folgenden findest du heraus, wie sich die Rollen in unseren Leben verhalten.

AUFGABE

Lies dir die Rollenbeschreibungen gut durch und denke dabei darüber nach, welche Rollen du bevorzugt in deinem Leben einnimmst. Versuche im Anschluss die Reflexionsfragen zu beantworten, so dass du am Ende ein bis zwei Rollen definieren kannst, die deinem Naturell entsprechen und dir wichtige Hinweise auf deinen zukünftigen Traumjob geben können.

Beachte, dass du später (gerade im beruflichen Kontext) natürlich nicht nur eine, sondern mehrere Rollen inne hast, zwischen denen du vermutlich wechseln wirst. Es ist auch vollkommen normal, dass manchmal bestimmte Rollen präsenter sind, als andere.





Schritt 1

LESE DIE ROLLENBESCHREIBUNGEN

ALLGEMEINE ROLLEN

KIND



Diese Rolle haben wir alle ein Stück weit inne, denn wir alle tragen die Erfahrungen unserer Kindheit teilweise mit in unser späteres, „erwachsenes“ Leben hinein. Menschen, die dem äußeren Anschein nach ein Kind geblieben sind, bleiben auch jung im Herzen. Das bedeutet, dass sie vor allem kindliche Verspieltheit, Spaß, Lebendigkeit und Leichtigkeit verkörpern. Auf der anderen Seite haben diese Menschen manchmal Schwierigkeiten wirklich „erwachsen“ zu werden und vollständige Verantwortung für ihr Leben zu übernehmen. Diese Rolle hat zudem Angst vor Unsicherheiten und dem Auftreten unerwarteter Ereignisse. Das Kind möchte geschützt werden und gleichzeitig selbst im Zentrum der Aufmerksamkeit stehen. Manchmal kann es sein, dass das Kind sich vor allem erstmal um die Erfüllung seiner eigenen Bedürfnisse kümmert. Auch die Frage nach der beruflichen Wahl möchte es sich lieber nicht stellen. Das Kind ist froh, wenn ihm schwere Entscheidungen vom Leben oder von anderen abgenommen werden.

MUTTER



Die Mutter ist fürsorglich, selbstlos und bietet Schutz. Diese Eigenschaften spiegeln sich im eigenen Verhalten wider, wenn man sich viel um das Wohlbefinden anderer sorgt, stets sehr hilfsbereit ist und sich beispielsweise für die Umwelt einsetzt. Allerdings vergisst die Rolle der Mutter manchmal auch ihre eigenen Bedürfnisse, vor allem wenn sie sich um die Belange anderer kümmert.

Mögliche Berufsfelder: Umweltschutz, Pflege, Erziehung, Bildung

Rollen, die geschlechterspezifisch zu sein scheinen, werden in diesem Kontext **wirklich nur als Rollen** angesehen, die von allen Geschlechtern gleichermaßen eingenommen werden können. Beispielsweise können sowohl Jungs und Männer die Rolle und Charakteristika der Rolle der „Mutter“ einnehmen – genauso wie Mädchen und Frauen auch die Rolle des „Vaters“ haben können.



VATER



Die Rolle des Vaters übernimmt gerne die Führung, initiiert wichtige Prozesse, trifft harte Entscheidungen und packt mit an. Gerade wegen dieser Stärken, kann sie manchmal jedoch auch ihre Autorität ausnutzen und dann zu kontrollierend, bestimmend und allwissend wirken.

Mögliche Berufsfelder: Management, Fitness, Coaching, Führungsebene

KÄMPFER:IN



Die Rolle der Kämpfer:in setzt all ihre Kraft ein um... zu kämpfen! Sei es für die Gerechtigkeit, für die Gesundheit, für einen guten Deal oder ein anderes Ziel der eigenen Wahl. Sie ist bereit zu tun, was auch immer verlangt wird, um die Ziellinie so schnell wie möglich zu erreichen. Leider kann es sein, dass der Kampf selbst für diese Rolle wichtiger wird, als das eigentliche Erreichen des gewünschten Ziels.

CLOWN



Bekannt als der Klassenclown, der Witzereißer oder der Spaßvogel liebt diese Rolle es, andere zum Lachen zu bringen bis die Tränen kullern. Clowns können alltäglichen und manchmal auch schwierigen Situationen mit Humor begegnen. Sie regen ihre Mitmenschen dazu an, sich selbst nicht so ernst zu nehmen und wieder mehr über sich zu lachen. Manchmal haben Clowns auch die Gabe, auf humorvolle Weise die Wahrheit ans Licht zu bringen, die andere Menschen unter Umständen nicht sehen wollen. Dadurch motiviert der Clown andere Menschen oft auch dazu, anders über Dinge oder Gegebenheiten nachzudenken. Auf der anderen Seite kann sich der Clown mit seinen eigenen Problemen und Unsicherheiten auch hinter dieser Rolle verstecken, anstatt sie direkt anzuerkennen und anzugehen.

Mögliche Berufsfelder: Comedy, Schauspiel

ANFÜHRER:IN



Einige Menschen strahlen auch ohne viel Übung oder Anstrengung eine hohe Autorität, viel Klarheit und Selbstbewusstsein aus. Andere nehmen sie einfach natürlich als Leiter:in bzw. Führer:in an. Führer:innen behalten stets den Überblick und verlieren wichtige Bereiche nicht aus dem Blick. Sie gehen als Vorbild voran und wirken wohlwollend, weise und erfahren. Führer:innen überzeugen nicht primär mit ihren Worten, sondern durch ihre eigenen Taten.

Mögliche Berufsfelder: Führungsebene in Unternehmen/Organisationen

GELDVERWALTER:IN



Nur weil man viel Geld haben will, hat man diese Rolle noch lange nicht inne. Menschen, die natürlicherweise Geldverwalter:innen sind, lieben es, sich in die Verwaltung von Finanzen hineinzudenken. Sie wollen mehr über die beste Investition, kluges Sparen und den richtigen Umgang mit Geld lernen. Setzt du dich gerne mit deinen Finanzen und den Einnahmen und Ausgaben auseinander? Suchst du gerne nach dem passenden Deal? Bist du interessiert an neuen Wegen, um Geld zu verdienen? Möchtest du mehr über den richtigen Umgang mit Geld wissen? Dann passt diese Rolle vielleicht zu dir.

Mögliche Berufsfelder: Finanzberatung, Externes und internes Rechnungswesen

ÖFFENTLICHE/ SOZIALE ROLLEN

EXTROVERTIERTE



Extrovertierte Menschen sind von Natur aus sehr gesprächig, lieben es, unter vielen anderen Menschen zu sein und gehen gerne aus. Sie wollen sich so viel wie möglich mit anderen Menschen verbinden und mit ihnen interagieren. Menschen mit dieser Rolle haben oftmals einen sehr breiten Bekannten- und Freundeskreis. Sie würde es immer vorziehen, auf eine Party mit Freunden zu gehen, anstatt zu Hause zu bleiben und ein Buch zu lesen.

Mögliche Berufsfelder: Vertrieb und Verkauf, Bildung (Lehrende), Management, Journalismus

TEAMMITGLIED



Richtig gute Teammitglieder arbeiten am besten, wenn sie mit anderen Menschen zusammenarbeiten und sich gemeinsam für ein höheres, gemeinsames Gruppenziel einsetzen. Unabhängig davon, ob extro- oder introvertiert – circa 75% der Gesellschaft arbeiten lieber in Teams gemeinsam mit anderen Menschen zusammen (sogenannte „Tribes“). Sie sehen sich lieber als Teil einer Gruppe, anstatt in einer einzelnen Experten- oder Spezialistenrolle.

Mögliche Berufsfelder: Unternehmertum, Bundeswehr usw. (in vielen Berufsfeldern ist Teamfähigkeit gefragt)

VERMARKTER:IN



Diese Rolle liebt es, anderen den Wert eines Produkts, einer Idee oder einer Dienstleistung zu verdeutlichen oder sie zu überzeugen, mit an Bord zu springen. Stärken dieser Rolle sind Kommunikationsfähigkeit und Überzeugungskraft.

Mögliche Berufsfelder: Vertrieb und Verkauf, Öffentlichkeitsarbeit, Marketing, Kontaktpflege

NETWORK-BETREIBER:IN



Diese Leute sind ständig dabei, neue Beziehungen aufzubauen oder bereits bestehende Beziehungen zu pflegen, vor allem wenn diese ihnen zukünftig noch von Nutzen sein könnten. Netzwerker:innen sind bereit, viel zu unterstützen, so dass ihre Beziehungen vor allem von einem Geben und einer grundlegenden Hilfsbereitschaft charakterisiert sind. Da sie selbst oft neue Bekanntschaften knüpfen und sich leicht in neue Clubs, Vereine oder Cliques hineinfinden können, sind sie vor allem gut darin, Menschen aus verschiedenen Bereichen zusammenzubringen und einander vorzustellen.

GESCHICHTENERZÄHLER:IN



Für diese Menschen sind gute Geschichten wichtiger, als die nüchternen, realen Fakten. Sie lieben es, die Aufmerksamkeit der anderen für sich zu gewinnen und sie mit eigenen Worten in den Bann zu ziehen.

Mögliche Berufsfelder: Vertrieb und Verkauf, Bildung (Lehrende)

POLITIKER:IN

Die Rolle Politiker:in wird vor allem durch ihr Streben, eine Position mit Macht und Einfluss zu besetzen, charakterisiert. Im Idealfall handeln diese Menschen im Sinne des allgemeinen Wohls und mit Blick auf die Weiterentwicklung aller Beteiligten (bzw. der Gesellschaft). Auf der anderen Seite kann diese Rolle ihre Machtposition durch das Voranstellen der eigenen Interessen auch zu ihren eigenen Gunsten ausnutzen. Politiker:innen besetzen dabei oft mehrere Rollen gleichzeitig wie bspw. Führer:in, Vermarkter:in oder Network-Betreiber:in.

Mögliche Berufsfelder: Politik

HÄNDLER:IN



Die Rolle Händler:in vereint ebenfalls einige andere Rollen, wie unter anderem Politiker:in, Network-Betreiber:in und Vermarkter:in. Mit dieser Kombination gelingt es den Menschen mit dieser Rolle fast immer, einen Deal abzuschließen. Einige von ihnen haben die Gabe, Beziehungen aufzubauen, Freunde zu gewinnen und im Sinne aller Win-Win Deals auszuhandeln. Andere aber können ihr Talent auch dazu nutzen, Leute von etwas zu überzeugen, dass eigentlich nur ihnen selber dient, denn sie wissen genau, wie andere ticken und was sie hören wollen, um ein Angebot anzunehmen.

Mögliche Berufsfelder: Vertrieb und Verkauf, Politik, Führungsebene

INTROVERTIERTE



Introvertierte Menschen sind eher still, in sich gekehrt, reden wenig, aber denken dafür umso mehr. Introvertierte sind deshalb nicht unbedingt schüchterner oder unsicherer als andere, sondern sie haben im Gegensatz zu extrovertierten Menschen lediglich einen eher nach innen gerichteten Fokus. Introversion ist keine Schwäche, sondern eine natürliche Eigenschaft, die vor allem bei der Berufswahl Berücksichtigung finden sollte. Die meisten Menschen sind eine Mischung aus extro- und introvertiert – es ist einfach eine Frage der Gewichtung. Da introvertierte Menschen ein sehr reiches Innenleben haben, fällt ihnen vor allem die Arbeit mit ihrem Kopf und ihren Händen leicht.

Mögliche Berufsfelder: Wissenschaft, Literatur (Schriftstellertum), Kunst, Handwerk, Buchhaltung, Jura

ABENTEUER ROLLEN

FREIGEIST



Leben und leben lassen. Für die Freigeister ist das Leben ein Spielplatz, den man immer wieder neu erkunden kann. Sie sind offen, liberal und meistens kreativ oder künstlerisch begabt. Freigeister wollen sich nicht von sozialen Normen oder Autoritäten ausbremsen lassen, deswegen meiden sie Bereiche in denen sie dominiert werden oder selbst dominieren müssen. Menschen mit dieser Rolle haben jedoch leider oft die Schwierigkeit, lange genug an einer Sache dran zu bleiben, um wirklich gut darin zu werden.

Mögliche Berufsfelder: Kunst, Entertainment, Reisen, Selbstständigkeit

NATURKENNER:IN



Menschen mit dieser Rolle lenken ihre Aufmerksamkeit vor allem auf die natürliche Welt. Sie haben ein besonders feines Gespür dafür, was in der Natur vor sich geht und wissen um all ihre Phänomene, wie Gerüche, Geräusche, Aussichten oder potentiellen Gefahren. Naturkenner:innen haben oftmals Hobbys, wie bspw. das Vogelbeobachten, das Wandern oder auch die Jagdkunst.

Mögliche Berufsfelder: Forstwirtschaft, Umweltschutz, Geologie, Ökologie, (Meeres-)Biologie

SUCHENDE



Suchende sind stets auf der Suche nach Wahrheit und Weisheit. Sie interessieren sich für die Natur des Menschen und die Produktion von Wissen und Wahrheit. Suchende stellen aufgrund ihrer Neugier viele Fragen und erforschen gerne das Unbekannte. Während fortgeschrittene Suchende auch mal „finden“, tendieren andere Menschen teilweise dazu, sich in der endlosen, tiefen Suche nach der Wahrheit des Lebens zu verlieren.

Mögliche Berufsfelder: Wissenschaft, Philosophie, Soziologie, Kulturwissenschaften

REBELL:IN

Rebellen sind diejenigen, die sich trauen, die aktuellen Normen und Konventionen zu hinterfragen und gegebenenfalls sogar zu brechen. Sie können der Gesellschaft daher helfen, aus veralteten und nicht progressiven Denkmustern und Routinen auszusteigen. Auf der anderen Seite können Rebellen teilweise auch zu „hart“ (vielleicht sogar illegal) gegen bestehende Regeln vorgehen und damit selbst als ein schlechtes Vorbild auftreten.



Mögliche Berufsfelder: Comedy, Lyrik, Sozialer Aktivismus & Gesellschaftskritik, Kunst, Wissenschaft, führende Visionäre, Organisationsentwicklung

RISIKOTRÄGER:IN

Menschen mit dieser Rolle trauen sich Dinge, die für andere eher gefährlich, waghalsig und riskant wirken. Das Risiko kann sowohl im physischen Sinne (bspw. als Bergsteiger:in), als auch im alltäglichen Kontext (bspw. es entgegen aller Wahrscheinlichkeit wagen) eingegangen werden. In der Geschichte sind viele tolle Entwicklungen durch Menschen vorangetrieben worden, die bereit waren, ein Risiko einzugehen. Dies kann jedoch auch schief gehen und dann müssen Risikotragende mit den Konsequenzen umgehen können.



Mögliche Berufsfelder: Unternehmertum, Börse & Aktien, Feuerwehr, Polizei, Stuntman/Stuntwoman

Schritt 2

MEINE NATÜRLICHEN ROLLEN IDENTIFIZIEREN

Welche Rollen spielst du in deinem Leben? Versuche Rollen zu identifizieren, die du tatsächlich spielst, nicht solche, die dir einfach mehr gefallen würden. Denke an deinen Alltag und überlege, welche Rollen sich in deinem täglichen Verhalten widerspiegeln.

Traue dich eine Freundin oder einen Freund, deine Geschwister, deine Eltern oder andere dir vertraute Menschen zu fragen, welche Rollen sie in dir sehen. Denn ein Blick von Außen kann oftmals sehr viel Klarheit verschaffen.



Schreibe hier einmal ALLE Rollen auf, mit denen du dich identifizieren kannst ...

Schritt 3

BEWERTE DEINE NATÜRLICHEN ROLLEN

Suche dir nun 5 Rollen aus, die du am ehesten in deinem Leben einnimmst. Schreibe die Rollen in die Auflistung. Bewerte deine ausgewählten Rollen dann nach folgendem Schema und schreibe deine Bewertung in die Tabelle rechts dazu.

Präsenz dieser natürlichen Rolle in meinem Leben:

3 = diese Rolle bestimmt mein Leben (sehr stark)

2 = diese Rolle ist ein wesentlicher Teil von mir (stark)

1 = diese Rolle fühlt sich richtig an, ist aber nur ein kleiner Teil von mir (eher schwach)

0 = diese Rolle ist sehr selten oder gar nicht präsent (sehr schwach)

Meine natürlichen Rollen	Präsenz

Schritt 3

PRIORISIERE DEINE ROLLEN

WO SPIELST DU DEINE ROLLEN?

Wann in deinem Leben spielst du deine präsentesten Rollen? In deiner Freizeit, in der Schule, bei deinem Nebenjob oder hoffentlich später in deinem zukünftigen Beruf? Wann kommt welche Rolle besonders zum Vorschein? Wann würdest du welche natürliche Rolle von dir besonders gerne einsetzen?

Beispiel:

- Als 'Naturkenner:in' – du findest es cool, Tiere zu beobachten und hast es schon immer genossen, in der Natur zu sein und beispielsweise mit Holz zu arbeiten. Du kannst dir aber trotzdem nicht vorstellen, als Förster:in oder Landwirt:in zu arbeiten.
- Du siehst dich zukünftig in der Rolle 'Anführer:in' auf Führungsebene in einem großen Unternehmen, hast aber aktuell noch nicht so viele Möglichkeiten diese Rolle einzunehmen. In deiner beruflichen Zukunft aber ist dir diese Rolle mit ihren Eigenschaften sehr wichtig.

Freizeit	Schule	Nebenjob	berufliche Zukunft

WIE KOMMEN DEINE ROLLEN BESONDERS ZUM AUSDRUCK?

Wie kommen deine natürlichen Rollen in deinem Leben besonders zum Vorschein? Überlege mal, in welchen Situationen bist du in dieser Rolle? Und in welchen genau nicht? Mit welcher Rolle triffst du deine größten Entscheidungen?

Diese Fragen dienen dir dazu, dass du dir darüber bewusst wirst, mit welchen Rollen und infolge auch mit welchen Verhaltens-Mustern du bestimmten Situationen begegnest und warum.

Beispiel:

- ein Mensch, der vor allem die Rolle 'Mutter' innehat, entscheidet sich vielleicht eher für Berufe, in denen es darum geht, sich um andere Menschen zu kümmern.
- ein Mensch, der vor allem die Rolle 'Naturkenner:in' spielt, mag es vielleicht nicht, nur in geschlossenen Büros zu arbeiten

Meine natürlichen Rollen	Mein Verhalten / Der individuelle Ausdruck dieser Rolle

DEINE ELTERN UND DEINE ROLLEN

Haben deine Eltern von dir erwartet, dass du bestimmte Rollen einnimmst? Haben sie dich dazu ermutigt, Rollen einzunehmen, welche sonst nicht 'natürlicherweise' aus dir selbst heraus entstanden wären? Frage dich hierzu erstmal, welche Rollen es waren, die die großen Entscheidungen deiner Eltern maßgeblich beeinflusst haben?

Das waren Rollen meiner Mutter:	Das waren Rollen meines Vaters:

Folgst du den Erwartungen und Rollen deiner Eltern oder gelingt es dir, in Verbindung mit deinen eigenen natürlichen Rollen zu leben?

Ja, ich lebe nach meinen eigenen natürlichen Rollen, denn ...	Nein, manchmal habe ich Rollen oder Erwartungen meiner Eltern übernommen, weil ...

DEINE STÄRKSTEN NATÜRLICHEN ROLLEN

Aus den Rollen, die dein Leben aktuell sehr stark bestimmen, welche 1-2 Rollen repräsentieren dich am besten? Was sind deine 1-2 wirklich stark ausgeprägte natürliche Rollen in deinem Leben?

Falls es dir schwer fällt, eine Entscheidung zu treffen, frage Familie, Freunde und Bekannte und gib dir Zeit, um mehr Klarheit zu erlangen. Vielleicht ist es bei dir nicht nur eine Rolle, die dich am besten repräsentiert, sondern viel eher 2-3.

MEINE TOP (1-2) NATÜRLICHEN ROLLEN	
1.	
2.	

Dein nächster Schritt

Trage nun deine Top 1-2 natürlichen Rollen unter 'Persönlichkeitsrollen' in deinem Persönlichkeitsprofil ein.

