

Medienmitteilungen, Infos für Medienschaffende und Medienecho

Media Relations

Wer die Familie bei der Karriereplanung berücksichtigt, lebt zufriedener

Viele Personen berücksichtigen bei ihrer Karriereplanung ausserberufliche Bereiche wie Familie, persönliche Interessen und gesellschaftliches Engagement. Wie Berner Forschende des Instituts für Psychologie herausgefunden haben, berichten Personen mit einer stärkeren Berücksichtigung der Familienrolle bei der Karriereplanung über eine grössere Zufriedenheit mit ihrer Karriere und ihrem Leben allgemein. Ausserberufliche Orientierungen zeigten zudem keine negative Auswirkungen auf erzieltes Gehalt.

Personen unterscheiden sich darin, wie stark sie ausserberufliche Bereiche wie Familie, persönliche Interessen und gesellschaftliches Engagement bei Karriereentscheidungen und Karriereplanung berücksichtigen. Unklar war bisher, wie sich die Berücksichtigung von ausserberuflichen Bereichen auf den Laufbahnerfolg und die allgemeine Lebenszufriedenheit auswirken.

Ausserberufliche Orientierung führt zu mehr Karriere- und Lebenszufriedenheit

In einer Studie über einen Zeitraum von sechs Monaten mit über 500 Berufstätigen aus Deutschland haben Andreas Hirschi, Anne Herrmann, Noemi Nagy und Daniel Spurk vom Institut für Psychologie an der Universität Bern und der Hochschule für Angewandte Psychologie FHNW nun gezeigt, dass Personen, die familiäre Belange stärker in ihre Karriereplanung einbeziehen, über eine grössere Zufriedenheit mit ihrer Karriere berichten.

Eine stärkere Berücksichtigung von Familie, persönlichen Interessen und gesellschaftlichem Engagement hingen demnach auch mit einer allgemein höheren Lebenszufriedenheit zusammen. Dabei zeigte sich, dass insbesondere eine stärkere Familienorientierung die grössten Effekte auf die Lebenszufriedenheit hatte. Zudem fanden die Forschenden heraus, dass Personen mit stärkeren ausserberuflichen Orientierungen nicht weniger Gehalt verdienen, als Personen, welche sich einseitiger auf ihre Karriere konzentrieren.

Keine wesentlichen Unterschiede zwischen Männern und Frauen

Bei der Familienorientierung und der Berücksichtigung von gesellschaftlichem Engagement in der Karriereplanung waren keine Geschlechtsunterschiede zu erkennen. Jedoch berücksichtigten Frauen stärker Zeit für sich selbst und für persönliche Interessen bei der Laufbahngestaltung als Männer. Keine Unterschiede in ausserberuflichen Orientierungen fand die Studie zwischen jungen Erwerbstätigen zwischen 25 und 34 Jahren und älteren zwischen 50 und 59 Jahren.

Gegen die Idealvorstellung des sich aufopfernden Arbeitnehmers

«In vielen Organisationen herrscht noch das Bild, dass ein idealer Mitarbeiter oder eine ideale Mitarbeiterin voll und ganz für die Arbeit lebt. Personen, die sich stark für ausserberufliche Bereiche engagieren, wird demgegenüber häufig nachgesagt, dass sie nicht über genügend Ehrgeiz für ihre Karriere verfügen – und dass dies negative Konsequenzen

auf ihren Karriereerfolg hätte», sagt Andreas Hirschi. Die Studie zeigt jedoch, dass Personen mit stärkeren ausserberuflichen Orientierungen im erzielten Gehalt nicht benachteiligt sind. Zudem sind sie mit der Karriere und allgemein dem Leben zufriedener. «Die Resultate legen nahe, dass es sich insgesamt lohnt, bei der Karriereplanung aktiv ausserberufliche Aspekte wie Familie oder Freizeit einzubeziehen», so Hirschi.

Die Studie wurde in der Fachzeitschrift «Journal of Vocational Behavior» publiziert.

Angaben zur Publikation:

Hirschi, A., Herrmann, A., Nagy, N., & Spurk, D. (2016): *All in the name of work? Nonwork orientations as predictors of salary, career satisfaction, and life satisfaction*, Journal of Vocational Behavior, 95–96, 45-57,
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jvb.2016.07.006>.

31.08.2016

KONTAKTPERSON

PROF. DR. ANDREAS HIRSCHI

Institut für Psychologie, Abteilung Arbeits- und Organisationspsychologie, Universität Bern

Telefon

☎ +41 31 631 86 07 (tel:+41 31 631 86 07)

andreas.hirschi@psy.unibe.ch (mailto:andreas.hirschi@psy.unibe.ch)

Weiterführende Links

Studie im «Journal of Vocational Behavior» (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0001879116300422>)

Institut für Psychologie, Abteilung Arbeits- und Organisationspsychologie (<http://www.aop.psy.unibe.ch/>)