

# PSYCHOLOGIE HEUTE



**Jetzt Newsletter abonnieren**

und Dossier mit dem Thema „Zwischen 15 und 25“ gratis erhalten



BERUF

## Im Beruf übernehmen wir Rollen

Psychologe Rainer Niermeyer erklärt, warum es im Job nicht um Authentizität geht, sondern darum, dass unsere Rollen zu uns passen.

VON SUSANNE ACKERMANN



10. NOV 2021

Ich bin ich und möchte das auch im Job sein – eine solche selbstbewusste Haltung könnte in der Arbeitswelt nach „hinten losgehen“, sagt der Psychologe und Coach Rainer Niermeyer im Interview mit *Psychologie Heute*. Bei der Arbeit würden wir daran gemessen, was wir dort auf welche Weise tun und ob es den Zielen der Organisation, der Kundinnen und Kunden, Patientinnen und Patienten diene – wir haben es nicht nur mit eigenen, sondern auch den Erwartungen anderer zu tun.

Niermeyer vergleicht die Berufswelt mit einer Bühne, auf der wir uns alle inszenieren, also eine Rolle übernehmen. Den Begriff „übernehmen“ wählt Niermeyer bewusst: Eine Rolle spielen werde bisweilen so verstanden, als handle es sich um ein „Faken“ – aber es heiße, dass wir formelle und informelle Aufgaben übernehmen, die uns angeboten werden.

## Unsere Werte und unser Job

Das bedeute nicht, dass wir uns mit einer Tätigkeit quälen müssen, die gar nicht zu uns passe – dies sei zwar eine gewisse Zeit lang möglich, aber dauerhaft zu anstrengend, erläutert der Coach. Daher sollte man sich stets der eigenen Ziele, Motive und Werte bewusst sein. Damit es passt zwischen uns und unserer Arbeit, sollte diese substanzielle Teile unserer Persönlichkeit spiegeln.

Mit der eigenen Rolle eins zu werden, bedeute, Erfolg zu haben, es befähige uns, Höchstleistungen zu bringen. Jedoch nur temporär. Wenn wir uns auf längere Sicht allzu stark mit unseren beruflichen Aufgaben identifizierten, verlören wir allerdings den Abstand. Besser sei es, stets in der Lage zu sein, sich gedanklich zu distanzieren und die Vogelperspektive einzunehmen.

Das vollständige Interview mit Rainer Niermeyer finden Sie in unserem ersten **Psychologie Heute Print-Dossier „Veränderung im Beruf“!** Dort geht es von der ersten bis zur letzten Seite darum, was berufliche Veränderung bedeuten kann und wie sie am besten gelingt. [>>zum Heft](#)

---

---

---

## DIE REDAKTION EMPFIEHLT

---

LEBEN

### **Ruhe im Kopf**

Sorgenschleifen können sich verselbstständigen und großen Einfluss auf unser Leben haben.

BEZIEHUNG

## Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

## Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egomane. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

# MEISTGELESEN

### 1 GESELLSCHAFT

#### Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

### 2 BEZIEHUNG

#### Herr Haggerty, wie geraten Paare in Isolation?

Sozialpsychologe Ben Haggerty erklärt, welche Bedingungen zur Isolation von Paaren führen und was sie dagegen tun können.

### 3 LEBEN

#### Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egomane. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?