

Quelle: WochenSpiegel Bi/Pr

Datum: 03.03.2022

Seite: 2

# Sieh das eigene Potenzial

Mit interessanten Vorträgen wartet die Jobmesse Gerolstein am 10. März auf. Olympiasiegerin Rica Reinisch erklärt, wie man nicht nur im Kopf, sondern auf ganzer Linie siegt. Andrea Pohl gibt Tipps, wie man im Job glücklich wird

**GEROLSTEIN.** Am Donnerstag, 10. März, präsentieren sich Arbeitgeber aus der Region von 10 bis 17 Uhr auf der dritten Gerolsteiner Jobmesse, präsentiert vom WochenSpiegel, in der Stadthalle Rondell. Ergänzt wird der Karrieretag durch Vorträge rund um das Thema Arbeitswelt.

»Siegen beginnt im Kopf, aber dort darf es nicht stecken bleiben«, laut der Titel des Vortrags, in dem Rica Reinisch erklärt, was Führungskräfte von erfolgreichen Spitzensportlern übernehmen können. Rica Reinisch weiß, wovon sie spricht. 1980 gewann die ehemalige Schwimmerin bei den Olympischen Spielen in Moskau drei Goldmedaillen für die DDR-Auswahl.

An diesem Traum arbeitete sie mit körperlichen und mentalen Kraftquellen seit ihrem elften Lebensjahr. Heute arbeitet sie als Mental- und Motivations-Coach. »In der alltäglichen Begegnung mit Menschen vermisste ich oftmals das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Mangelndes Selbstwertgefühl, Stress, Ängste und Verunsicherungen, unklare Zielsetzungen, keine

Zielorientierung, mangelhafter Umgang mit Kritik, Fehl-Kommunikation und ähnlich gelagerte Verhaltensweisen beherrschen das eigene Handeln«, sagt sie: »In jedem Menschen schlummert ein riesiges Potential bisher unerkannter und ungenutzter Möglichkeiten und persönlicher Ressourcen.«

Die eigenen Fähigkeiten zu erkennen und ein berufliches Ziel zu verfolgen steht auch im Vortrag von Andrea Pohl von der Agentur für Arbeit Trier um 11.45 Uhr im Fokus. Der Arbeitsmarkt unterliegt derzeit einem immer schneller werdenden Wandel. Digitalisierung und Transformation verändern Arbeitsfelder und bringen komplett neue Berufe hervor. Unter dem Titel »Werde glücklich im Job – die eigene Zukunft aktiv gestalten!« zeigt An-

drea Pohl, wie man mit Fragen umgeht, die man sich selbst stelle: Bin ich noch glücklich in meinem Job? Reichen meine bisherigen Qualifikationen und Kenntnisse aus, um am Arbeitsmarkt Schritt halten zu können? Soll ich mich beruflich weiterentwickeln oder wage ich den Sprung in eine neue berufliche Zukunft?

Die Referentin erklärt, was eine Berufswegplanung ist, wie man diese angeht und wo man hilfreiche Informationen und weitere Unterstützungsangebote finden.

Unterstützt von:



Wie man die eigenen Ressourcen erkennt und nutzt, wissen Andrea Pohl von der Agentur für Arbeit (I.) und Olympiasiegerin Rica Reinisch. Fotos: privat

## Vorträge

- **10.45 Uhr bis 11.30 Uhr:** »Hose voll und trotzdem gründen« – Mona Wiezorek, Training & Coaching
- **11.45 Uhr bis 12.30 Uhr:** »Werde glücklich im Job – die eigene Zukunft aktiv gestalten!« – Andrea Pohl, Agentur für Arbeit Trier
- **14 Uhr bis 14.45 Uhr:** »Arbeitgebermarke EIFEL – ein aktives Fachkräftenetzwerk stellt sich vor« – Markus Pfeifer, Regionalmarke EIFEL
- **15 bis 15.45 Uhr:** »Siegen beginnt im Kopf, aber dort darf es nicht stecken bleiben« – Rica Reinisch, Mental- & Motivationscoach
- **Ganztägig:** Bewerbungsmappencheck am Stand des Gerolsteiner Brunnens
- Der Eintritt und die Vorträge sind für die Besucher kostenlos
- Alle Infos für Besucher und Aussteller unter: [www.jobmesse-gerolstein.de](http://www.jobmesse-gerolstein.de)

