

# Neue Perspektiven im Tourismus

Welche Chancen bietet eine **KARRIERE** in dieser Branche und wie findet man die **PASSENDE QUALIFIKATION**?

Der Tourismus bietet vielfältige berufliche Möglichkeiten – auch für Menschen, die aus anderen Branchen kommen. Mit der passenden Qualifikation und praktischer Erfahrung kann der Quereinstieg in das vielseitige Berufsfeld gelingen.

Die Aufgaben in der Branche sind abwechslungsreich: Reiseberater kümmern sich um Beratung und Buchung, Gästebetreuer gestalten Aufenthalte unvergesslich, Eventmanager planen Veranstaltungen, Marketing-Profis präsentieren Hotels oder Destinationen. Ein Quereinstieg ist in allen Bereichen möglich – von Kundenbetreuung über Organisation bis hin zu Buchhaltung oder Eventmanagement. Praktische Erfahrung und gezielte Weiterbildung gehen oft Hand in Hand. Berufsbegleitende Einstiegsqualifikationen wie die Weiterbildung „Touristikfachkraft“ vermitteln praxisnah Fachwissen zu touristi-

schen Abläufen, Kundenservice, Buchungssystemen und rechtlichen Grundlagen – ideal für Quereinsteiger, die bereits Erfahrung in anderen Berufsfeldern haben. Ergänzend helfen Praktika oder Nebenjobs in Reisebüros oder bei Reiseveranstaltern.

Ausgebildete Touristikfachkräfte, die den Quereinstieg erfolgreich gemeistert haben, können am IST-Studieninstitut auch das Diplom „Tourismusbetriebswirt“ erwerben, um ihr betriebswirtschaftliches Know-how zu vertiefen. Wer anschließend sein kaufmännisches und organisatorisches Fachwissen im Tourismusbereich erweitern und einen öffentlich-rechtlichen Abschluss erlangen will, kann die Weiterbildung „Geprüfter Tourismusbetriebswirt (IHK)“ anschließen. Quereinsteiger, die im Tourismus Fuß fassen wollen und über eine Hochschulzugangsberechtigung verfügen,

können auch ein Studium wählen. Am besten berufsbegleitend, damit die Berufserfahrung nicht zu kurz kommt und die touristische Karriere starten kann. An der IST-Hochschule bietet sich für Quereinsteiger das berufsbegleitende Fernstudium „Bachelor Tourismus Management“ in Teilzeit, Vollzeit oder dual an. Weitere Informationen zu den Bildungsangeboten gibt es unter [www.ist.de](http://www.ist.de). Der Vorteil: Absolventen können in der touristischen Karriereleiter direkt etwas höher einsteigen.

Wer Spaß am Umgang mit Menschen hat sowie neugierig und aufgeschlossen gegenüber anderen Ländern und Kulturen ist, findet in der Branche nicht nur ein zukunftssicheres Berufsfeld, sondern – mit der richtigen Einstiegsqualifikation, konsequenter Weiterbildung und Engagement – auch vielfältige Karrierechancen im In- und Ausland.

AKZ



Der Tourismus bietet vielfältige berufliche Möglichkeiten für Fachkräfte und Quereinsteiger.  
Foto: IST-Studieninstitut GmbH/akz-o

# Jobfrust nach der Auszeit?

Tipps für den **BERUFS-ALLTAG**: Was gegen den Urlaubsblues hilft

Sommerzeit ist Urlaubszeit. Und während der Auszeit teilen Berufstätige häufig einen Gedanken: Wie stressfrei das Leben doch ohne Job sein könnte. Umso extremer wird dann auf jeden Fall der Kontrast, wenn nach dem Urlaub wieder der Arbeitsalltag anrollt. Schon beim Gedanken an das vollgelaufene Postfach oder liegengeliebene Arbeit stellt sich akute Unlust ein.

Dieses Motivationsloch nach dem Urlaub hat einen Namen: „Beim Post-Holiday-Syndrom handelt es sich um ein Gefühl von Unzufriedenheit und Antriebslosigkeit“, sagt Stefanie Bickert, Karriere-Expertin bei der Jobplattform Indeed. Typisch sind etwa schlechter Schlaf und Müdigkeit sowie mangelnde Konzentration. Andere wiederum haben hauptsächlich schlechte Laune und fühlen sich insgesamt antriebslos.

## ANPASSUNGSPROBLEME NACH DEM URLAUB

In der Regel ist das ganz normal. „Unser tägliches Leben besteht aus vielen Routinen. Sie geben Struktur, kommen uns aber während eines längeren Urlaubs gern abhandeln. Wenn dann der Alltag wieder beginnt, bringt das Anpassungsschwierigkeiten mit sich“, sagt Bickert.

Grundsätzlich begegnet man dem Stimmungstief am besten mit Akzeptanz. „Es braucht schlichtweg Zeit, bis sich die neuen – oder alten – Routinen wieder selbstverständlich anfühlen.“ Bis es so weit ist, dauert es manchmal einige Tage, in anderen Fällen sogar einige Wochen.

Es gibt aber durchaus verschiedene Strategien, der Rückkehrfrust etwas entgegenzusetzen und wieder neue Motivation zu finden:



Wo ist die Motivation? Sich nach einem ausgiebigen Sommerurlaub wieder an die Alltagsroutinen zu gewöhnen, fällt oft nicht leicht.  
Foto: Jonas Walzberg/dpa

## 1. STRUKTURIERT STARTEN

Stefanie Bickert rät, mindestens den Vormittag des ersten Arbeitstags nach dem Urlaub im Kalender zu blocken. Eine To-do-Liste hilft beim Überblick. Am besten notiert man unter den ersten Punkten Aufgaben, die ein schnelles Erfolgserlebnis liefern und auf die man sich vielleicht sogar freut. Dieser Perspektivwechsel hin zu den erfüllenden Seiten des Jobs stärke nicht nur die Motivation, sondern bringe auch Sicherheit beim Neustart.

## 2. FRISCHER BLICK AUF EINGEFAHRENE ROUTINEN

Auch wenn sich vieles aufgestaut hat: Die Distanz aus dem Urlaub kann helfen, mit frischem Blick auf die eigenen

Arbeitsroutinen zu blicken. Stefanie Bickert erklärt das an einem Beispiel: „Wer sich konsequent aus überflüssigen E-Mail-Verteilern abmeldet, investiert im ersten Moment ein paar Minuten mehr, spart aber in Zukunft Zeit.“

Die Karriereberaterin rät zusätzlich, den Kalender und die To-do-Liste daraufhin zu prüfen, ob noch alle Meetings und Aufgaben wirklich wichtig sind oder gegebenenfalls angepasst oder gar gestrichen werden sollten.

## 3. MIT NEUEN ZIELEN MOTIVATION FÖRDERN

Die Zeit nach dem Sommerurlaub kann auch eine gute Gelegenheit sein, um an neuen Zielen zu arbeiten. Stefanie Bickert rät Berufstätigen, sich nun zu fragen, was sie im nächsten Ab-

schnitt des Jahres eigentlich erreichen wollen. Vorfreude sei ein wichtiger Verstärker für die eigene Jobzufriedenheit. Klare Ziele können antreiben. Und sie zeigen deutlich, worauf man jetzt am besten den Fokus legt.

Dazu empfiehlt sie die „Dreimal-Drei“-Methode, bei der man drei konkrete Ziele in drei Bereichen definiert:

- Projekte: Welches Thema möchte ich voranbringen?
- Prozesse: Welchen Ablauf in meinem Arbeitsalltag kann ich verbessern?
- Menschen: In welche berufliche Beziehung möchte ich mehr investieren?

## 4. DAS URLAUBSGEFÜHL VERLÄNGERN

Kleine gedankliche Anker können dabei helfen, sich zumindest kurzfristig in den entspannten Gemütszustand aus dem Urlaub zurückzusetzen. Etwa in Form eines Urlaubsfotos als Bildschirmschoner oder dem Lieblingslied aus der Strand-Playlist auf den Kopfhörern.

Stefanie Bickert zufolge spielt auch der Austausch mit dem Team eine wichtige Rolle: „Wer soziale Verbindungen im Job nach dem Urlaub bewusst aktiviert, findet schneller wieder Sinn und Motivation für die anstehenden Aufgaben.“ Es lohne sich daher, in den ersten Tagen Raum für informellen Austausch zu lassen, anstatt sich in der Arbeit zu vergraben.

Wichtig: Fehlen langfristig Motivation und Konzentration, kann das der Karriere-Expertin zufolge ein Zeichen dafür sein, dass es an der Zeit ist, die eigene berufliche Situation zu überdenken. Hält die depressive Verstimmung über mehrere Wochen an, sollten sich Betroffene zudem ärztlich beraten lassen.

DPA

## STELLENMARKT

**Wir suchen** ab sofort  
motiviert und verständnisvolle  
**Begleitpersonen (m/w/d)**

auf Minijobbasis  
für die Kinder- und Behindertenbeförderung (auch für Senioren geeignet)

Infos und Bewerbung bitte unter  
Tel. 0341-2521521 oder [personal@leipzigbus.de](mailto:personal@leipzigbus.de)

BUSUNTERNEHMEN RIEBE - Plautstr. 46, 04177 Leipzig - [leipzigbus.de](http://leipzigbus.de)

Suchen **Fahrer (m/w/d)**  
für Schülerbeförderung im Raum  
Leipzig, auf 603 €-Basis

Bewerbungen bitte an:  
**☎ (0163) 8 77 59 25**  
**[lehmanntaxi@t-online.de](mailto:lehmanntaxi@t-online.de)**

**Kostenlos in den Briefkasten?**  
**SachsenSonntag.**

**Wir suchen** ab sofort  
motiviert und verständnisvolle  
**PKW-Kleinbusfahrer (m/w/d)**

auf Minijobbasis oder in Teilzeit  
für die Kinder- und Behindertenbeförderung (auch für Senioren geeignet)

Infos und Bewerbung bitte unter  
Tel. 0341-2521521 oder [personal@leipzigbus.de](mailto:personal@leipzigbus.de)

BUSUNTERNEHMEN RIEBE - Plautstr. 46, 04177 Leipzig - [leipzigbus.de](http://leipzigbus.de)

**STELLENANGEBOTE**

**HANDWERK/GEWERBLICHE BERUFE**

**Maler gelernt/ungelehrt, Malerbetrieb** sucht 2 Mitarbeiter in Vollzeit für Leipziger Baustellen, 16 – 19 €/h, Firmenfahrz., Werkswohnung möglich. Bewerbung gern tel. bei Hr. Papenfuss ☎ 0172/7904517 oder per Mail an: [info@malerbetrieb-papenfuss.de](mailto:info@malerbetrieb-papenfuss.de)

Für die Leipzig Logistik GmbH suchen wir:  
**Mitarbeiter (m/w/d) Transportsteuerung & Fuhrparkmanagement**  
in Vollzeit oder Teilzeit

**Deine Aufgaben**

- Disposition und Organisation von Warenverkehr, Kundenabholung sowie Transportlogistik
- Steuerung von Kundenaufträgen, Kommunikation mit Dienstleistern und Reporting von KPIs
- Personal- und Einsatzplanung sowie Unterstützung im Fuhrparkmanagement
- Unterstützung bei Reklamationsbearbeitung

**Wir bieten dir**

- Unbefristeter Arbeitsvertrag
- Fortbildungen über den MADSACK Medientcampus
- Job-Rad, Job-Ticket bzw. Zuschuss zum Deutschland-Ticket
- Flexibles Arbeiten dank Gleitzeitmodell

**Wir haben dein Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf deine Bewerbung!**

**Recruiting**  
**Jennifer Küpper**  
**[schwermetall@lokalboten.de](mailto:schwermetall@lokalboten.de)**  
**0341 / 2181 3270**

Leipzig Logistik GmbH  
Druckereistr. 1  
04159 Leipzig

**Dein Profil**

- Abgeschlossene kaufmännische Ausbildung, idealerweise als Speditionskaufmann/-frau
- Erfahrung in der telefonischen Kundenbetreuung
- Sicherer Umgang mit MS Office, insbesondere Excel
- Kommunikationsstärke, strukturierte Arbeitsweise und Teamgeist

Für die MPV Medien- und Prospektvertrieb GmbH suchen wir  
**Zusteller (m/w/d) für den SachsenSonntag**

Sie sind Azubi, Student, Rentner, arbeitssuchend oder interessiert an einem Zuverdienst neben Ihrem Job? Dann haben wir genau das Richtige für Sie.

**Sie sind:**

- mindestens 16 Jahre alt
- zuverlässig und pünktlich

**Wir bieten Ihnen:**

- Zustellgebiet in Wohnortnähe
- sicheres und regelmäßiges Einkommen
- eine Nebentätigkeit auf geringfügiger Basis
- eigenverantwortliches Arbeiten und flexible Zeiteinteilung am Wochenende

**Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!**

- [www.lokalboten.de](http://www.lokalboten.de)
- [sofort.bewerben@lokalboten.de](mailto:schwermetall@lokalboten.de)
- oder telefonisch unter 0341 2181 3270

**MPV Medien- und Prospektvertrieb GmbH**  
Druckereistr. 1, 04159 Leipzig

**Zeitungsleser wissen mehr.**

**WEITERE BERUFSFELDER**

**Wir suchen**

**Kraftfahrer für Kipper**  
**Quereinsteiger**  
**Rentner als Kraftfahrer (m/w/d)**

**im Nahverkehr für unsere Niederlassung in Taucha zum nächstmöglichen Zeitpunkt**

Wir bieten gute Bezahlung und regelmäßige Sonderzahlungen. Euch erwarten ein moderner Fuhrpark und ein familiäres Team.

**Ihre Bewerbung bitte per E-Mail an:**  
**[n.leipzig@mimberg-spedition.de](mailto:n.leipzig@mimberg-spedition.de)**  
**oder per Telefon 034298/141990**

**Escort-Agentur**

sucht Damen jeden Alters bei freier Zeiteinteilung und gutem Verdienst.

**☎ 0176 / 22152212**

Möchtest du in einem netten Team arbeiten, dann bewirb dich bei uns. Wir suchen

**Mitarbeiter m/w/d**  
**für unsere**  
**Spielothek in Leipzig**  
**Tel.: 0177/3322292**