

Buchrezension Januar 2026

Fakten

- Autoren: Saksika Frommelt & Christian Zielke
- Titel: Purpose Finder - Finde deinen Sinn und gestalte dein Leben danach
- Verlag: managerSeminare Verlags GmbH
- Jahr: 2024
- Seiten: 288
- Art: Hardcover; mit umfangreichen Arbeitsblättern und Reflexionsübungen
- Preis: EUR 34,90

Inhalt / kritische Würdigung und Empfehlung

Das Werk „Purpose Finder“ von Saksika Frommelt und Christian Zielke, bietet einen strukturierten und zugleich tiefgründigen Ansatz zur Sinnfindung im beruflichen und privaten Leben. Die beiden erfahrenen Business Coaches verbinden wissenschaftliche Erkenntnisse mit praktischen Übungen zu einem ganzheitlichen Konzept, das Leser:innen Schritt für Schritt auf ihrer individuellen Sinnsuche begleitet.

Gleich zu Beginn machen Frommelt und Zielke deutlich, dass die Frage nach dem eigenen Purpose in einer zunehmend komplexen und schnelllebigen Arbeitswelt nicht nur eine philosophische Überlegung ist, sondern mittlerweile zentrale Voraussetzung für nachhaltige Zufriedenheit und beruflichen Erfolg. Damit positionieren sie nach ihr Werk als wichtigen Wegweiser für alle, die ihr Leben bewusster gestalten und ihre berufliche Tätigkeit mit ihren persönlichen Werten in Einklang bringen möchten.

Für einen leichten Zugang zur Thematik, gliedern die Autoren das Buch in vier aufeinander aufbauende Phasen: Selbstreflexion, Standortbestimmung, Visionsentwicklung und konkrete Umsetzungsplanung. Diese Herangehensweise ermöglicht sowohl eine sequenzielle Bearbeitung als auch ein gezieltes Arbeiten an einzelnen Schwerpunkten – je nach persönlichem Bedarf, was mir sehr gut gefällt.

Die vorgestellte Methodenvielfalt ist beeindruckend: Von bewährten Reflexionsübungen über kreative Visualisierungstechniken bis hin zu konkreten Entscheidungshilfen bietet das Buch einen reichhaltigen Werkzeugkasten. Dass die Autoren unterschiedlichen Lerntypen und Persönlichkeiten gerecht werden, empfinde ich als besonders hilfreich. Auch meine Erfahrung in der Coachingpraxis zeigt, dass nicht jede Methode bei jeder Person gleichermaßen gut funktioniert – eine Tatsache, die hier sehr klug berücksichtigt wird.

Ergänzt wird das Konzept durch Zitate, Praxisgeschichten und fundierte Hintergrundinformationen, die zur kontinuierlichen Auseinandersetzung mit der eigenen Sinnfrage motivieren.

Purpose Finder ist ein wertvoller Begleiter für alle, die ihre berufliche Ausrichtung reflektieren und neu justieren möchten. Auch für Coaches, Berater:innen und Führungskräfte bietet das Werk zahlreiche Impulse für die eigene Arbeit. Für mich ein Buch, das man nicht einmal liest, sondern immer wieder zur Hand nimmt.

(Rezension von: Isabel Schürmann, www.personality-consult.de)