

Karriereplanung

Ihre möglichen Fragen

- Wo stehe ich?
- Was will ich?
- Will ich eine Veränderung oder gar keine?
- Gibt es für mich eine realistische Alternative!
- Ich habe zu viele Ideen und ich kann mich nicht entscheiden!

Veränderung – aber wie?

- Ich würde lieber heute als morgen kündigen, *aber* ich darf nicht arbeitslos werden.
- Ich kann mir gut vorstellen, noch einmal ein Studium zu beginnen, *aber* dafür bin ich zu alt.
- Ich könnte mich selbstständig machen, *aber* dazu bin ich viel zu undiszipliniert.
- Ich würde gerne etwas anderes machen, *aber* ich kann ja nichts anderes.

Variante A: Prozess angelehnt an die «Walt-Disney-Methode»

Disney unterstützte das Rollenspiel, indem er für jede einzelne Rolle – die des Träumers, des Realisten und des Kritikers – sogar jeweils einen eigenen Raum in seiner Firma schuf, der entsprechend der Rollen eingerichtet war.

Mögliche Prozessschritte

1. Analyse Ihrer Laufbahn (keine Zukunft ohne Herkunft)
Kernpunkte: Was machte Sie unzufrieden? Was wäre die beste Lösung dafür im nächsten Job?
2. Eigene Interessen, Neigungen, Träume und Impulse erkunden
3. Meine Jobideen entwickeln
4. Meine ausgebildeten und entwicklungsfähigen Kompetenzen und Fähigkeiten finden
5. Von der Jobidee zum Jobkonzept/-projekt unter Einfluss Ihrer Bedenken
6. Entscheiden

Variante B: Rahmenmodell «Career Blueprint»

Beim Wunsch nach Orientierung dient das Rahmenmodell als Ordnungssystem und zur Interventionsplanung. Folgende Teilaspekte werden berücksichtigt:

- a) Situationsanalyse: Wo stehe ich?
- b) Laufbahnkomposition: Wo komme ich her?
- c) Zukunftsbild: Wo möchte ich hin?
- d) Projektplan: Wie komme ich dort hin?

Die Aufgabe des Coachs

Ich achte auf die Einhaltung des Prozesses und den Zeitplan, begleite Sie und stelle Ihnen Fragen in den einzelnen Prozessschritten.

Ich arbeite mit Methoden unterschiedlicher Theorien, die ich individuell anpasse. Der Erfolg der Karriereberatung hängt davon ab, wie intensiv die gemeinsam erarbeiteten Ergebnisse im Alltag ausprobiert und umgesetzt werden.