

## Was passiert in einer Laufbahnberatung?

Was in einer Laufbahnberatung passiert, bestimmen vor allem Sie als Kunde oder Kundin. Eine Laufbahnberatung setzt sich in der Regel aus vier Phasen zusammen, wobei nicht immer alle Phasen benötigt werden. Dies hängt von Ihrer Situation ab und Ihren Zielen, Wünschen und Anforderungen an die Beratung. Die Phasen werden nicht etwa stur in der Reihenfolge abgearbeitet, sondern oft ist eine Rückkehr zu einer früheren Phase sinnvoll, wenn es gilt, etwas genauer anzuschauen oder nochmals auf die Interessen zurückzukommen etc.

### Erste Phase: die Standortbestimmung

In der Standortbestimmung geht es darum, was Sie jetzt bewegt, was jetzt wichtig ist für Sie. Und wir gehen der Frage nach, wie Ihre berufliche Laufbahn bisher verlaufen ist. Daraus ergeben sich oft „Perlen“, welche Sie auf Ihren weiteren beruflichen Weg mitnehmen möchten. Das können Erfolge sein, welche Sie nicht missen wollen oder glückliche Zeiten und Erlebnisse, von denen Sie noch heute zehren. Dann geht es in der Standortbestimmung auch um Ihre Stärken, Interessen und Persönlichkeit – also um die Fragen

- Was können Sie wirklich gut?
- Was machen Sie wirklich gerne?
- Was ist Ihnen wirklich wichtig im Leben?

Wenn Sie diesen Fragen nachgehen – und ich unterstütze Sie dabei gerne – werden Sie entdecken, welche Türen Ihnen offenstehen (oft mehr als gedacht) und mögliche Wege werden sichtbar. Die Standortbestimmung bildet das Fundament der Laufbahnberatung. Darauf baut die weitere Beratung auf.

### Zweite Phase: Entwicklung von Szenarien, möglichen Zielen und Visionen

Aus der Standortbestimmung heraus können Ziele und Möglichkeiten abgeleitet werden. Hier geht es nicht nur um das Wissen und konkrete Überlegen, vielmehr spielt hier die Intuition eine wichtige Rolle. Gibt es Ideen, die Ihr Herz höherschlagen lassen? Die Intuition funktioniert dann gut, wenn Sie sich vertieft mit den Themen beschäftigt haben, die für den Entscheid eine wichtige Rolle spielen. Welche konkreten beruflichen Möglichkeiten gibt es? Wie ist der Weg dahin? Wie anerkannt sind die entsprechenden Weiterbildungen und welche Bedeutung haben Sie auf dem Arbeitsmarkt? Solche vielen weiteren Fragen gilt es nachzugehen, um letztlich auch einen realistischen Entscheid fällen zu können. Ein Luftschloss ist schnell gebaut und die Enttäuschung gross, wenn die vermeintlich gute Idee sich gar nicht umsetzen lässt...

Die ersten beiden Phasen sind oft die intensivsten. Die Auseinandersetzung mit sich selber ist zentral und für den weiteren Prozess oft prägend. Vielleicht haben Sie sich aber schon intensiv mit sich auseinandergesetzt und wir können recht schnell ganz konkrete berufliche Ideen anschauen.

### **Dritte Phase: die Entscheidung**

Meistens gibt es nicht nur eine gute berufliche Möglichkeit, meist sind mehrere, welche zum beruflichen Ziel führen. Oder verändert sich jetzt schon etwas, was nie gedacht hätten? Manchmal passieren im Laufe eines solchen Prozesses ganz erstaunliche Dinge. Die Arbeitszufriedenheit wächst, allein schon aus der Perspektive der möglichen Veränderung heraus, das Verhalten von Vorgesetzten verändert sich – weil die eigene Haltung sich verändert, z.B. durch mehr Gelassenheit oder klareres Auftreten. Der Veränderungswunsch steht in einem neuen Licht. Auch dies kann dann ein Ziel der Laufbahnberatung sein. Und wird Ihre Entscheidung beeinflussen. Lassen Sie sich überraschen.

### **Vierte Phase: Die Umsetzung**

Nun ist klar, wie es weitergeht. Vielleicht stellen sich noch Fragen zur Finanzierung, zur Bewerbung (wie viele Referenzen sind nötig? Ist das Zwischenzeugnis in Ordnung?) oder zur Bewerbungsstrategie (wie verfasst man am besten ein Bewerbungsschreiben? Was muss unbedingt in den Lebenslauf? Wie läuft ein Bewerbungsgespräch ab und wie kann man sich gut darauf vorbereiten?). Oder es stellen sich Fragen zum weiteren Vorgehen an der bisherigen Stelle, wenn Sie zum Schluss kommen, doch lieber hier einen Schritt weiterzukommen. In dieser Phase wird es ganz konkret, ein Schritt folgt dem nächsten, Sie kommen ins Handeln, die Veränderungen werden allmählich sichtbar.

### **Wie lange dauert eine Laufbahnberatung?**

Wenn Sie den Text bis hierher durchgelesen haben, fragen Sie sich, wie lange eine Laufbahnberatung oder ein Coaching dauern könnte. Das ist ganz verschieden. Es hängt vieles von Ihrem Vorwissen ab, wie klar Sie bereits sind mit Ihren Zielen und wie realistisch diese Ziele sind. Manchmal reichen zwei bis drei Stunden, manchmal braucht es deutlich mehr. Ich gebe immer wieder „Hausaufgaben“ mit nach Hause. Diese können die Beratung erheblich verkürzen, was auch stark von Ihrer aktiven Mitarbeit abhängt. Zu Beginn einer Beratung unterbreite ich Ihnen eine Offerte. Verrechnet wird aber nur der tatsächliche Aufwand. Und sollte sich ein grösserer Aufwand abzeichnen als offeriert, mache ich Sie rechtzeitig darauf aufmerksam.

### **Was kostet eine Laufbahnberatung**

Die Gesamtkosten variieren, da die Bedürfnisse unterschiedlich sind. Ein erstes kostenloses Gespräch zeigt, mit welchem Umfang Sie ungefähr rechnen müssen und erstelle für Sie eine Offerte, wenn Sie dies wünschen.

Ein Beratungs- und Aufwandstunde kostet inkl. MwSt. 194 Franken (exkl. MwSt. 180 Franken). Im Durchschnitt dauert eine Beratung 4 bis 6 Stunden (was aber von Person zu Person variiert), hinzu kommen Kosten für Tests, diese machen rund 120 Franken aus. Insgesamt belaufen sich die Kosten auf 900 bis 1500 Franken, je nach Bedarf und Aufwand.

