

# Inhalt

<b>Vorwort zur 2. Auflage</b> .....	7
<b>Vorwort</b> .....	9
<b>Einleitung</b> .....	15
<b>Teil I: Lebensplanung und berufliche Identität – der rote Faden beruflicher Biografie</b> .....	25
<b>1. Wurzeln beruflicher Befähigung – worüber Erwachsene nur staunen können</b> .....	25
1.1 Das kreative, selbstversunkene Spiel des Kindes zeigt überdauernde Anlagefaktoren .....	25
1.2. Ohne Talent wird aus dem Klavierspieler kein Pianist – ohne Förderung bleibt höchste Begabung Mittelmaß.....	27
1.3. Wille hebt Leistungen zu den Sternen empor: Die Olympiade der Rollstuhlfahrer.....	33
<b>2. Reifung des Berufswunschs – der Konflikt mit dem Erwachsensein</b> .....	34
2.1 „Wie der Vater so der Sohn“– vom historischen Bedeutungswandel der beruflichen Identität .....	34
2.2. Zwischen Rebellion und Integration: Der Modellcharakter wichtiger Bezugspersonen .....	39
2.3 Die Freiheit des Lebensplans birgt zunehmend die Qual der Wahl.....	41
<b>3. Vorläufige Berufswahlentscheidung mit lebenslanger Laufzeit?</b> .....	42
3.1 Von der Schwierigkeit, autonom zu entscheiden .....	42
3.2 „Wenn sie klein sind, gib deinen Kindern Wurzeln, wenn sie groß werden, gib ihnen Flügel!“ .....	43
3.3 Der Zufallsfaktor: Ein Plädoyer für die persönliche Flexibilität .....	47
3.4 Leben zwischen Pflicht und Kür: Was Mitarbeiter privat leisten.....	47

**Teil II: Die eigene Laufbahn auf dem  
Prüfstand: Wo geht es weiter? ..... 51**

**1. Wendepunkte beruflicher Identität ..... 51**

1.1 Vom konkreten Anlass zur Bedürfnisspannung ..... 51

1.2 „Arbeiten, um Geld zu verdienen, um dann das zu tun,  
was man wirklich tun möchte?“ ..... 56

1.3 Wer nicht wagt, wird auch nicht aufbrechen! ..... 56

1.4 Soziale Rollenmuster – Stützen oder Bremsen? ..... 62

**2. Auf der Suche nach der eigenen Kompetenz:  
„Woher weiß ich, was ich kann und weiß?“ ..... 67**

2.1 Das persönliche Wissensmanagement ..... 67

2.2 Sei dein eigener Mentor! ..... 72

**3. Im Ozean der Kompetenzen und  
keinen Rettungsring dabei? ..... 85**

3.1 Von Lotsen und anderen Wegbegleitern ..... 85

3.2 Die Vereinbarung mit dem Wegbegleiter ..... 88

**Teil III: Berufliche Reiseziele oder:  
Wie man seinen Koffer packt ..... 93**

**1. Wohin soll es eigentlich gehen? ..... 93**

1.1 Wie komme ich auf meine Trauminsel? ..... 95

1.2 Die saubere Zielbestimmung ..... 97

1.3 Ziele sind wie Fixsterne ..... 99

1.4 Darauf kommt es an: Laufbahnplanung in zehn Schritten ..... 103

**2. „Na wunderbar, aber das traue ich mir nicht zu!“ ..... 109**

2.1 Die Angst vor der eigenen Courage:  
Komplexität und Unsicherheit ..... 109

2.2 Unsicherheit ist ein Alarmsignal ..... 112

2.3 Wege zu einer gestärkten Handlungsfähigkeit ..... 113

<b>3. Exkurs: Networking</b>	118
Gastbeitrag von Andreas Heuberger	
3.1 Was ist Networking?	118
3.2 Jobs via Netzwerke	120
3.3 Die Heimliche Herausforderung: Loyalität	121
3.4 So finden Sie Ihre Position im Loyalitätsnetzwerk eines Unternehmens	123
3.5 Networking im Wandel	124
3.6 Was ist ein Netzwerk-Experte bzw. wie kann man einer werden?	125
3.7 Welche Voraussetzungen helfen beim Netzwerken?	126
<b>4. Exkurs: Wissensmanagement und Demografiewandel</b>	129
4.1 Wissensmanagement und berufliche Selbstgestaltung	129
4.2 Das Vakuum zwischen den Generationen	130
4.3 Der „New Deal“ bei der Laufbahnplanung	131
4.4 Demografiewandel und „Einstellungs“-Veränderungen in der Personalpolitik	133
<b>5. Angekommen! Angekommen?</b>	135
5.1 Was ist erreicht?	135
5.2 Die Erkennungszeichen für Ihren Erfolg	136
5.3 Zielrevision: Welche Rolle spielen Beziehung und Partnerschaft?	137
5.4 Der Weg ist das Ziel	138
5.5 Schlussbemerkung	139
 <b>Weiterführende Literatur</b>	 141
<b>Der Fragebogen</b>	143
<b>Die Übungen</b>	145
<b>Über den Autor</b>	157