

Inhalt

Einleitung	9
-------------------	----------

Grundlagen der Karriereberatung 01

Was ist Karriereberatung?	14
Karriere – ein spannungsgeladener Begriff	14
Drei Fragen nach dem »Was«	15
Karriereberatung und die Frage nach dem »Wie«	17
Der Beruf als Rolle, oder: Wie man sein Selbst in den Beruf einbringt, ohne es zu verlieren	17
Klienten und ihre Themen	21
Warum Menschen in die Karriereberatung kommen	21
Was Karriereberater für Klienten tun können	23
Was macht einen guten Karriereberater aus?	25
Der Karriereberater als Gegenüber des Klienten	25
Der Karriereberater und sein Netzwerk	26
Ressourcen für den Karriereberater:	
Qualifikation, Supervision und Intervention	27
Möglichkeiten und Grenzen der Karriereberatung	29
Eigenverantwortung des Klienten	30
Diskretion und Verschwiegenheit	30

Hürden und Herausforderungen im Beratungsprozess	32
Psychische Probleme der Klienten	32
Nichteinhalten der vereinbarten Aufgaben und Regeln	34
Fachliche Überforderung des Karriereberaters	35
Persönliche Antipathien	36
Ungelöste Themen des Karriereberaters als Störfaktoren im Beratungsprozess	37
Abbruch der Karriereberatung	38
Wie Sie mit diesem Buch arbeiten können	39
Ihre Karriereberater-Toolbox	39
Tools und die Rollen des Karriereberaters	39
Copy & Customize	40

02 ° Wie läuft der Beratungsprozess ab?

Prozessschritte der Karriereberatung	42
Die drei Phasen der Karriereberatung	42
Die neun Prozessschritte der Karriereberatung	43
Dokumentation des Beratungsprozesses	46
Auftragsklärung und Angebotserstellung	47
Angebotsklärung für Karriereberater	53
Interviewleitfaden für das Erstgespräch	60
Beispielvertrag	66

03 ° I. Phase: Stärken und Kompetenzen

Biografische Rückschau: die Erfahrung des Klienten nutzbar machen	70
Biografisches Interview	73
Hausaufgabe zur biografischen Selbstreflexion	80
Kompetenzanalyse	82
Psychologische Tests	85

Kompetenzen-Interview	104
Kernkompetenzen-Analyse	110
Befragung des Umfelds	114
Fremdfeedback	116
Aleinstellungsmerkmal-Analyse	119

II. Phase: Wollen und Motivation

04

Visionsarbeit und Entwicklung einer beruflichen Zielsetzung	124
Visionscollage	127
Fotoreise	129
Imagination zum exzellenten Beruf	131
Der 90. Geburtstag	134
Fantasie- / Zukunftsreise	137
Die Zukunft entwerfen	140
Werteklä rung	143
Analyse der für einen Job wichtigen Werte	147
Rollenklärung	149
Themenklärung	157
Eckdatenklärung	159
Persönliche SWOT-Analyse	162
Karriere-Balanced-Scorecard	165
Plan zur Zielerreichung	169
SMARTe Zielformulierung	172
Tetralemma	175
Pro und kontra mit Bauchgefühl	178
Gewichtete Entscheidung	181
Unterhaltung zwischen Varianten meiner Zukunft	185
Disney-Strategie	187
Münze werfen – Das Schicksal entscheidet!	191

III. Phase: Handlungsfelder und Arbeitsmarkt

05

Marktstrategie	194
Marktanalyse und Marktstrategie	196
Marktanalyse	205

Stellenangebote nutzen	210
Netzwerk analysieren	216
Online-Networking – Soziale Netzwerke gezielt nutzen	222
Die schriftliche Bewerbung	227
Der Lebenslauf	231
Fragebogen zum Lebenslauf	234
Perspektivwechsel 1: die rosarote Brille	237
Perspektivwechsel 2: der fieseste anzunehmende Personaler	239
Arbeitsblatt für Kurzprofile	241
Checklisten für den Lebenslauf	244
Das Anschreiben	247
Perspektivwechsel 1: die rosarote Brille	250
Perspektivwechsel 2: der fieseste anzunehmende Personaler	252
Die mündliche Bewerbung	254
Selbstmarketing-Training	257
Telefontraining	260
Training für das Vorstellungsgespräch	264
Nachbereitung von Bewerbungsgesprächen	272
Onboarding	276
Die neue Welt: eine Aufstellung	279
Das Team kennenlernen	283
Perspektivwechsel bei Konflikten	286
Wie geht es nun weiter?	289
Evaluationsfragebogen	291
Auswertung	293
Literaturverzeichnis	294