

Inhaltsverzeichnis

Über den Autor	7
Vorwort	8
Vier Phasen der Berufswahl	10
1. Orientierung: Wo stehe ich gerade?	11
Hilfsmittel 1: Hole Feedback von anderen ein	11
Hilfsmittel 2: Beschäftige dich mit deiner Persönlichkeit	12
Hilfsmittel 3: Beschäftige dich mit deinen Werten	47
Hilfsmittel 4: Bewerte und trainiere deine Kompetenzen	48
Hilfsmittel 5: Erkunde deine Berufsinteressen	49
Hilfsmittel 6: Arbeite dein Alleinstellungsmerkmal aus	53
Hilfsmittel 7: Johari Fenster	55
Hilfsmittel 8: Checkliste zur Orientierung	58
2. Planung: Wo möchte ich hin?	59
Hilfsmittel 9: Fragebogen zur Zukunftsperspektive	60
Hilfsmittel 10: Berufswahltests	62
Hilfsmittel 11: Gespräch mit dem Berufsberater suchen	63
Hilfsmittel 12: SMARTe Ziele setzen	72
Hilfsmittel 13: Fotoreise in die Zukunft	75
Hilfsmittel 14: Checkliste zur Planung	76
3. Entscheidung: Wie sieht mein Weg dahin aus?	77
Hilfsmittel 15: Fragebogen zur Marktanalyse	77
Hilfsmittel 16: Die Eisenhower-Matrix	79
Hilfsmittel 17: Passende Stellen finden	81
Hilfsmittel 18: Checkliste zur Entscheidung	83

4. Realisierung: Den Weg gehen	84
Hilfsmittel 19: Bewerbung aus aktueller Sicht	84
Hilfsmittel 20: Fragebogen zur Bewerbung	90
Hilfsmittel 21: Kommunikation und das 4-Ohren-Modell	91
Hilfsmittel 22: Proaktiv sein	94
Hilfsmittel 23: Training für Einstellungstests / AC	96
Hilfsmittel 24: Checkliste zur Realisierung	103
Wie geht es nun weiter?	104
Anhang: 16 Temperamenttypen	105