

Was ist Laufbahnberatung?

„Laufbahnberatung ist professionelles Beraten und Begleiten von Menschen in beruflichen Übergangssituationen.“

Die Laufbahnberatung nach dem Zürich-Mainzer-Modell bietet Ihnen **Orientierung**, indem sie unübersichtliche Übergänge in konkret handhabbare Schritte gliedert.

Durch die Beratung werden Sie **befähigt**, Ihre Potenziale und Kompetenzen zu erkennen und zu benennen.

Sie lernen, an Ihre Stärken anzuknüpfen und **Prioritäten zu setzen** – immer auch vor dem Hintergrund Ihrer Lebensziele, Interessen und Werte.

So können Sie hinsichtlich der eigenen Berufs- und Lebensgestaltung zu **stimmigen Entscheidungen** und Strategien kommen.

Eine Laufbahnberatung nach dem Zürich-Mainzer-Modell stärkt Sie in Ihrer Steuerungs- und Gestaltungsfähigkeit – nicht nur bei Ihrer aktuellen, sondern auch in **zukünftigen Übergangssituationen**.

Unsere Laufbahnberaterinnen und -berater in Deutschland (und der Schweiz):



Ihre **ZML**-BeraterIn vor Ort:

Elisabeth Schüpbach

Laufbahnberatung / Coaching / Mediation

Marie-Curie-Straße 34
79100 Freiburg

Fon 0761 4004599 - Mobil 0170 9617214
schuepbach@laufbahnberatung-freiburg.de
www.laufbahnberatung-freiburg.de

Laufbahnberatung

Beratung nach dem Zürich-Mainzer-Modell

Das Vorgehen bei einer Laufbahnberatung

Laufbahnberatung setzt konsequent bei Ihren **Stärken** an: bei den von Ihnen als positiv erlebten und Sie motivierenden Fähigkeiten! Durch die Einbeziehung Ihres **gesamten Lebenskontexts** kann sich ein möglicherweise verengter „**Problemblick**“ weiten, neue Möglichkeiten und Perspektiven kommen in den Blick und werden Schritt für Schritt konkretisiert.

Laufbahnberatung ist eine lösungsorientierte Kurzzeitberatung auf der Grundlage des Erfahrungswissens aus **Berufsberatung** und **Laufbahnpsychologie**. Unsere Beratung erhebt zudem den Anspruch, Ihnen nicht nur punktuell in *einer* Situation zu helfen (z.B. „Welche Weiterbildung passt zu mir?“), sondern Ihre **Kompetenz zum Übergang** allgemein zu stärken.

Darunter versteht man ein – heutzutage fast unverzichtbares – Bündel an Übergangskompetenzen wie **Bewältigungskompetenz**, berufsbiografische **Gestaltungskompetenz**, **Orientierungskompetenz** usw., welche in Zeiten beruflicher und persönlicher Veränderungen helfen, mit der oft komplexen, unübersichtlichen Lage und den eigenen Stressreaktionen besser umzugehen.

Wann profitiere ich von einer Laufbahnberatung?

„Laufbahnberatung wird zum Beispiel von Menschen in biografischen Schwellsituationen aufgesucht.“

- beim Einstieg oder Wiedereinstieg in die Berufstätigkeit
- bei Wechseln (interner oder externer Stellenwechsel, betriebsbedingte Kündigung, Umstrukturierung im Unternehmen, die zu Veränderungen an Ihrem Arbeitsplatz führen)
- in beruflichen Entscheidungssituationen
- an der Schwelle zur nachberuflichen Phase

Anlässe für Ihre Laufbahnberatung könnten sein ...

- Sie sind unzufrieden mit Ihrer gegenwärtigen beruflichen Situation
- Sie haben das Gefühl, Ihre Laufbahn „stagniert“
- Sie empfinden Diskrepanzen zwischen Ihren Einstellungen und Werten einerseits – und Ihrer beruflichen Tätigkeit oder Ihrem Arbeitsumfeld andererseits
- Sie müssen sich nach einer Kündigung neu orientieren
- Sie sind äußeren Veränderungen ausgesetzt, die von Ihnen eine Anpassung, Korrektur oder Neujustierung Ihrer beruflichen Tätigkeiten erfordern
- Sie planen Ihren Wiedereinstieg in den Beruf nach einer Familienphase
- Sie haben die Qual der Wahl durch vielfältige Begabungen und Qualifikationen
- Sie sind auf der Suche nach einer sinnstiftenden Tätigkeit
- Sie überlegen, sich selbständig zu machen