



Veränderungskoaching in der Berufs- und Bildungsberatung

Margit Voglhofer

Jeanette Hammer

Berufs- und Bildungsberatung ist ein Angebot für Menschen in Veränderungssituationen und sollte daher in erster Linie eine Hilfestellung zur erfolgreichen Bewältigung dieser Übergänge bieten.

„Berufswähler und Berufstätige bewegen sich in einem dynamischen Person-Umwelt-Verhältnis, in dem es Perioden von als gravierend erlebten Veränderungen gibt. Diese Perioden, die anhand einiger Merkmalsvariablen unterscheidend beschrieben werden können, werden als Übergänge bezeichnet. Solche Übergänge sind es, nicht die relativ stabilen Phasen der beruflichen Entwicklung, von denen aus die Berufsberatung ihr Aufgabenverständnis entwickeln und im Einzelnen immer wieder neu bestimmen muss.“

(Ludger Bußhoff: „Berufswahl in Theorie und Praxis“, 1998, SVB)

Unterschiedliche Motive

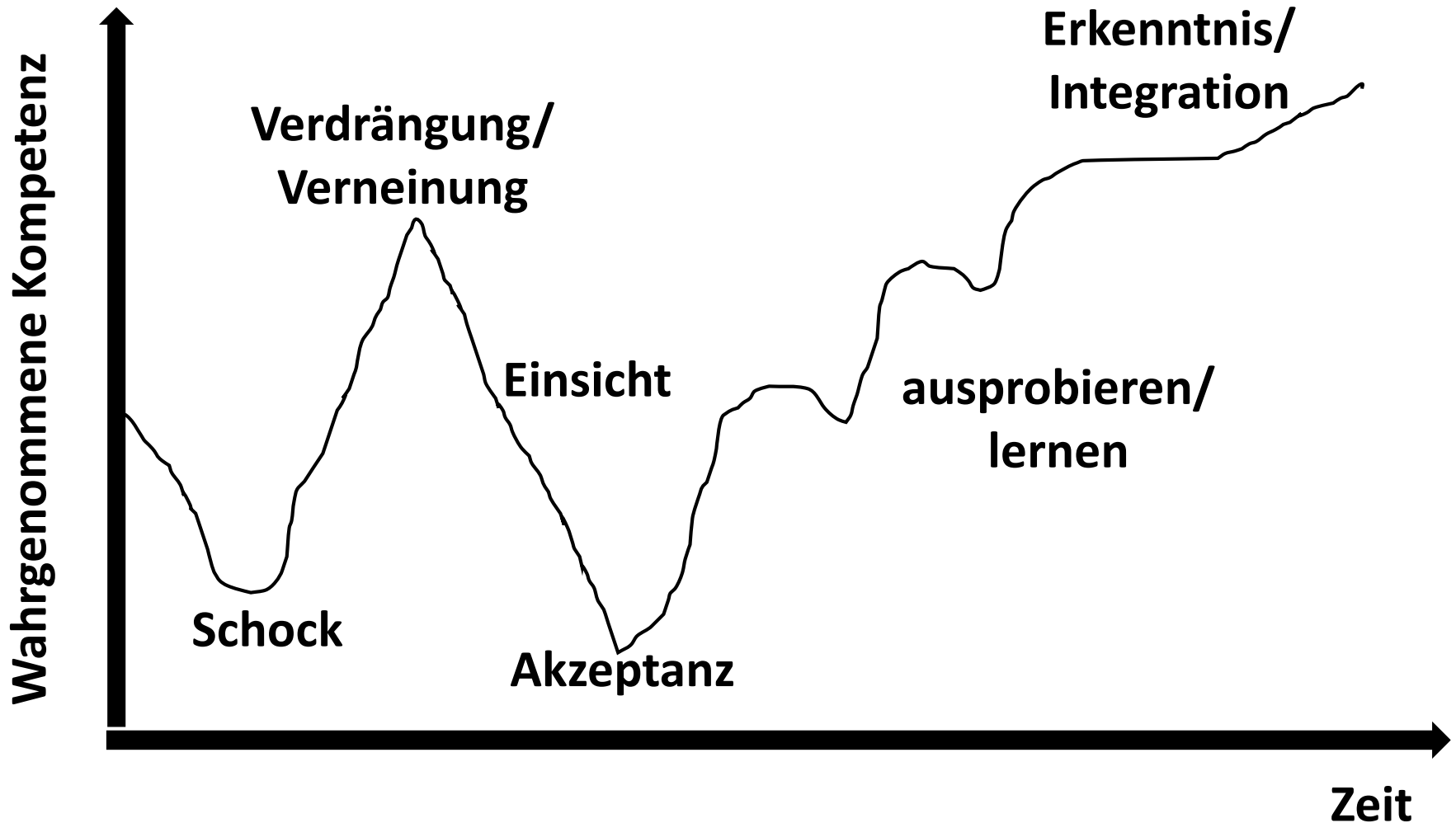
Unfreiwillig – als Reaktion



Freiwillig – als Aktion



Veränderungsprozesse



Was hilft in Veränderungsprozessen?

- Bewusstsein über Kompetenzen, Wissen, Qualifikationen
- Netzwerke
- Zeit
- Geld
- Information
- Persönliche Ressourcen:

Flexibilität, Vorstellungskraft,
Geduld, Mut, Lernfähigkeit
und Lernbereitschaft, ...

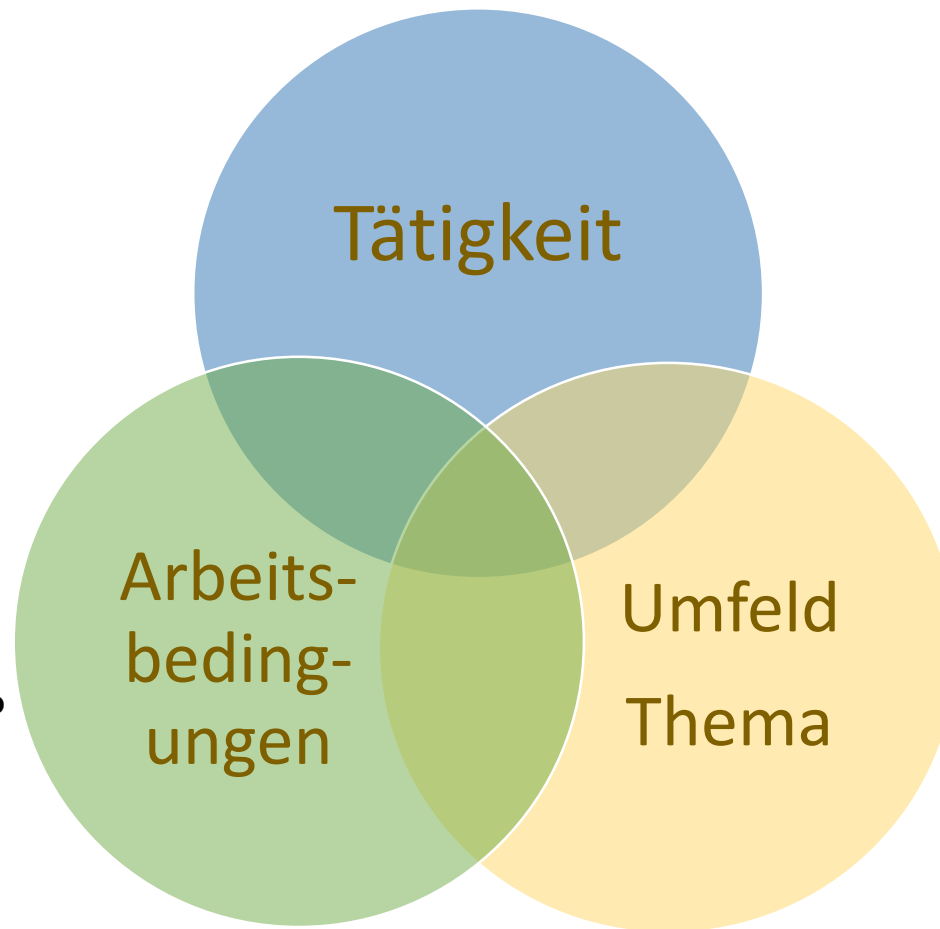


Berufswahl erfolgt auf drei Ebenen:

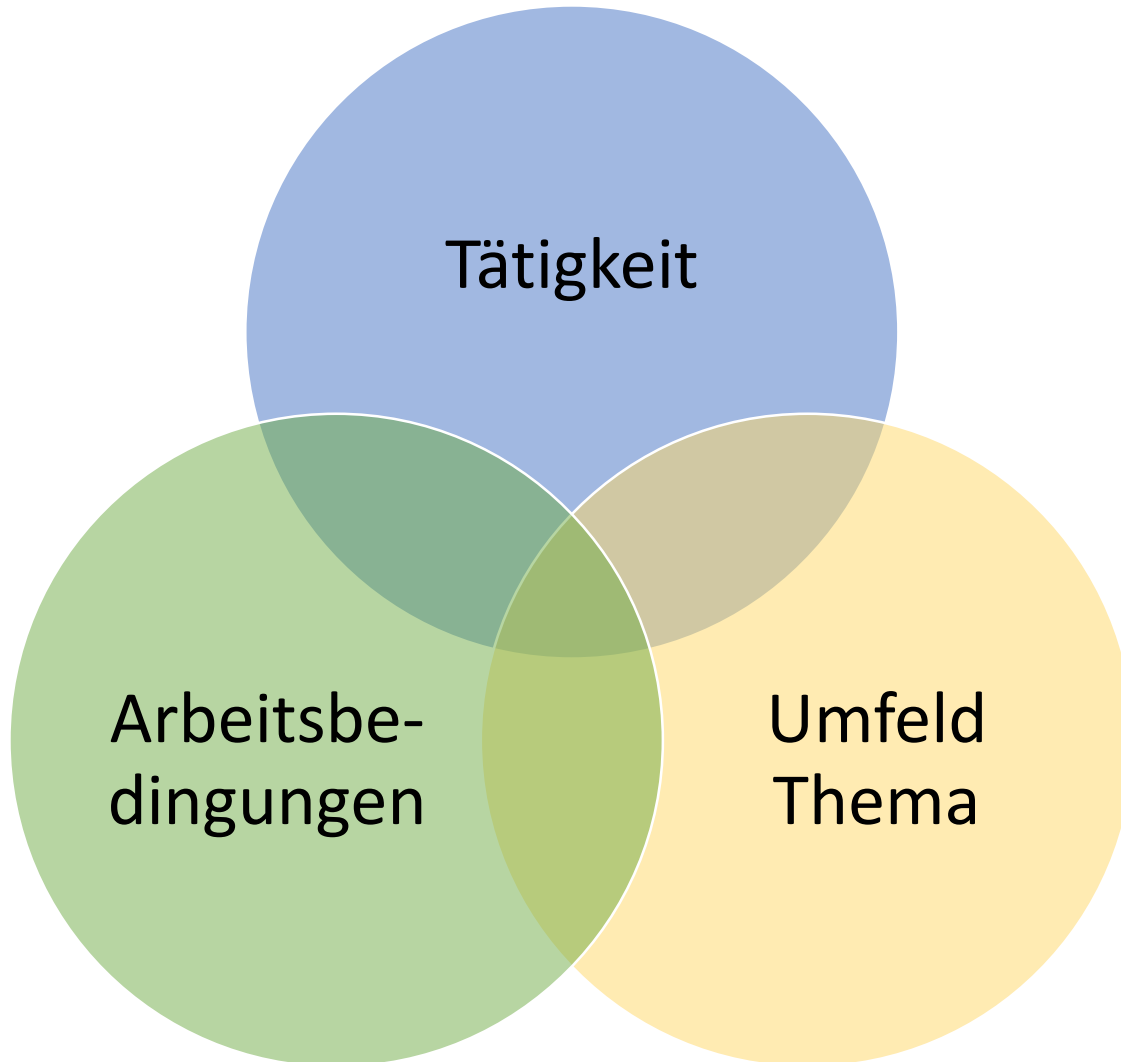
Fähigkeiten,
Fertigkeiten,
Kompetenzen,...

Welche
Bedingungen
brauche ich, um
meine Leistung
optimal
entfalten zu
können /
gesund zu bleiben?

Interessen,
Vorlieben,
Werte, ...



Was soll sich ändern?



Änderungs-
wünsche sind oft
diffus....
„etwas“ soll/muss
sich ändern

„Wo müsste sich
auf jeden Fall etwas
ändern, damit Sie
wieder zufriedener
sind?“

© Margit Voglhofer

Ausmaß der Veränderung:

Beruf, Tätigkeit		
Arbeitsumfeld, Branche, Zielgruppe	beruf, tätigkeit	
	bekannt	unbekannt
	bekannt	unbekannt
	Heimspiel, Komfortzone	Herausforderung: neue Tätigkeit - Kompetenzen neu lernen
	Herausforderung: Fachwissen aneignen, neues Umfeld, Branchenkenntnisse, Spielregeln, Menschen	Alles neu, Lernherausforderung groß, Gefahr der Überforderung und des Scheiterns, Akzeptanz des Arbeitsmarktes?

Wertehierarchie

- **Ziel:**

- ✓ Bewusst machen, was (derzeit) im Leben wichtig ist
- ✓ veranschaulicht die derzeitigen/idealen/zukünftigen Prioritäten

- **Ablauf:**

- Kontext und Zeitfenster festlegen
- Fünf bis neun Werte auf Post-It
- Werte in Bezug auf ihre Priorität positionieren (bei jedem Wert immer alle relativieren)



Netzwerke als Ressource

- **Ziel:**

- ✓ Bewusst machen, was es (derzeit) an Kontakten/Ressourcen gibt
- ✓ Bewusst machen, wer unterstützend wirken kann

- **Ablauf:**

- Blatt in 4 Sektoren unterteilen – Freunde/Bekannte, Familie, Beruf/Vereine/Kurs, professionelle Beziehungen
- Mittelpunkt bildet der/die Kunde/in
- je näher zum Mittelpunkt, desto wichtiger ist die Person – wenn (regelmäßiger) Kontakt besteht, dann wird eine Linie gezogen



