



Heinrich Keßler

Anleitung für eine persönliche, berufliche Standortbestimmung

Das Dokument enthält den Entwurf für die Anleitung, die in der Zwischenzeit auch als *.xls-Version unter der Bezeichnung: „Mein Weg im neuen Jahrtausend...“ auf dem Markt war.

Die Übertragungen aus dem Original in die jetzige Form erfolgten am 01.06.2017.

Autor:

Heinrich Keßler
Hornisgrindestraße 1
D-77767 Appenweier

Internet: <https://www.2000ff.de>

Anleitung für eine persönliche, berufliche Standortbestimmung

für

.....
(Tragen Sie bitte hier Ihren Namen ein)

Jeder hat seine Zukunft.

Begonnen am:.....

Beendet am:.....

© 1994 Alle Rechte bei
Heinrich Keßler (Eigenverlag)
Hornisgrindestraße 1
D-77767 Appenweier
E-Mail: kessler.appenweier@t-online.de
Internet: <http://home.t-online.de/home/kessler.appenweier>
Tel: 07805/91 08 60 Fax: 07805/91 08 61
DM 45,00

*Heute bin ich dort angekommen,
wohin ich mich gestern gesteuert habe.*

Herzlich willkommen zur aufregenden Reise in Ihre neue Zukunft!
In eine Zukunft, die Sie selbst ausgewählt, geformt und gestaltet haben!

Egal, wo und wie Sie starten und wie weit der Weg sein wird: er beginnt mit dem ersten Schritt.

Diese Orientierungshilfe ist ein Wegweiser. Zunächst klären Sie in mehreren Schritten

- Ihre Ausgangslage,
 - dann die Möglichkeiten, die Ihnen realistisch offenstehen,
 - es folgt Ihre Entscheidung, was Sie erreichen wollen,
 - danach legen Sie Ihre Ziele konkret fest,
 - deren Umsetzung Sie anschließend planen.
- Schrittweise und 'nach Plan' realisieren Sie Ihre neue Zukunft!

Gehen Sie *jeden* Schritt! Widmen Sie sich mit besonderer Sorgfalt gerade den Schritten, von denen Sie meinen, sie wären für Sie 'ohne größere Bedeutung' (Woher sollten Sie denn das Ergebnis kennen, wenn Sie die Aufgabe noch gar nicht gelöst haben?). Meine Erfahrung ist, daß gerade in den 'ungewöhnlichen' Aufgaben die wichtigsten Impulse oder Hinweise enthalten sind, die sich oft erst in späteren Schritten als Schlüssel erweisen.

Bei den meisten Aufgaben ist eine Zeitempfehlung für die Bearbeitungsdauer angegeben. Falls Sie die angegebene Zeit erheblich unterschreiten, prüfen Sie, ob Sie die Aufgabe eventuell zu oberflächlich bearbeitet haben. Wenn Sie erheblich mehr Zeit benötigen, prüfen Sie, ob Sie eventuell zu übergenu sind. Lesen Sie dann jeweils nochmals die Aufgabe.

Bearbeiten Sie die Aufgaben in der angegebenen Reihenfolge.
Die Schritte bauen logisch aufeinander auf.

Gute Reise!

Heinrich Keßler

*Unzufriedenheit mit dem was ist,
ist die Voraussetzung
für Veränderung.*

Warum es für Sie sinnvoll ist, über eine Veränderung nachzudenken:
Beurteilen Sie selbst! Kreuzen Sie Ihre Antworten an:

Nr.		Trifft zu	Teils/teils	Trifft nicht zu
1	Ich bin unzufrieden mit meiner derzeitigen Situation.			
2	Ich stehe unter starkem Konkurrenzdruck.			
3	Die Bedeutung meiner Aufgabe ist gering oder gesunken und wird voraussichtlich kaum wieder ansteigen.			
4	Ich sehe kaum Perspektiven für meine berufliche Zukunft.			
5	Ich möchte mich beruflich verändern und dazu gerne andere Aufgaben oder Funktionen übernehmen.			
6	Ich möchte Karriere machen.			
7	Ich möchte mich (weiter) spezialisieren.			
8	Ich möchte mehr erreichen, aber dennoch gesund bleiben.			
9	Ich stehe vor einem beruflichen oder privaten Neuanfang.			
10	Ich bin unzufrieden mit meinem Beruf oder meinen derzeitigen Aufgaben.			
11	Ich stehe unter starkem Streß und komme kaum noch mit den Anforderungen zurecht.			
12	Ich suche Übungsfelder für meine bisher nicht genutzte Talente.			

Je mehr "Trifft zu" Sie angekreuzt haben, umso wichtiger werden die folgenden Schritte für Sie sein. Versäumen Sie keinen Tag mehr.

*Auch Rom
ist nicht an einem Tag
erbaut worden.*

Übersicht über den Bearbeitungsstand

		Datum:		
Begonnen am:				
		Beginn Datum	✓ Datum	Seite
1.	Persönliche Standortbestimmung			
1.1.	Analyse meiner stärksten persönlichen Eigenschaften			6
1.2.	Vergleich der stärksten persönlichen Eigenschaften mit dem derzeitigen Beruf und den derzeitigen Tätigkeiten			9
1.3.	Vergleich des derzeitigen Berufes und der derzeitigen Tätigkeiten mit den persönlichen Eigenschaften			11
1.4.	Ermittlung des persönlichen Qualifizierungsbedarfes			13
2.	1. Zwischenbilanz: Beurteilung des persönlichen und beruflichen Profils			15
3.	Ermittlung und Analyse der Potentiale			16
3.1.	Analyse der liebsten Tätigkeiten			17
3.2.	Analyse der am meisten vermiedenen und abgelehnten Tätigkeiten.			19
3.3.	Analyse der Wunsch-Tätigkeiten			21
3.4.	Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und der Erfahrungen			23
3.5.	Kompetenzprofil zu Vergleichspersonen			34
4.	2. Zwischenbilanz: Beurteilung der Talente und deren Entwicklungen			38
5.	Analyse der bisherigen Selbstorganisation			39
6.	3. Zwischenbilanz: Selbst-Diagnose und Entscheidungen			42
7.	Ermittlung der Potentiale für eine neue Zukunft: Mit Kompetenzen Nutzen stiften.			43
7.1.	Persönliches Kompetenzen-Profil			43
7.2.	Ermittlung geeigneter Zielgruppen			47
7.3.	Profil der eigenen Wünsche			50
8.	4. Zwischenbilanz und Entscheidungen: Vereinbarungen von Zielen mit sich selbst.			52
9.	Maßnahmenplan			55
Abgeschlossen am:				

*Wer weiß, wo er steht,
für den ist jedes Ziel nur eine
Frage des Willens, des Weges,
der Zeit und der Mittel.*

1. Persönliche Standortbestimmung

Tragen Sie das heutige Datum auf Seite 4 ein.

Diesem ersten Schritt kommt eine besonders große Bedeutung zu. Sie sehen dies bereits an den Zahl von 11 Teilschritten. Im Alltag werden zu oft nur noch bestimmte Fähigkeiten und Eigenschaften bewußt, andere sind in den Hintergrund treten oder man nicht einmal mehr weiß, über welche wichtige Fähigkeiten und Eigenschaften man tatsächlich verfügt.

Bringen Sie die Geduld auf, sorgfältig zu analysieren und begehen Sie nicht den Fehler, gleich nach Lösungen zu drängen, ohne ausreichend überprüft zu haben, welche Alternativen für Sie bestehen. Die persönliche Standortbestimmung erfolgt aus sehr verschiedenen Blickwinkeln. Die dadurch gewonnene Klarheit werden Sie schon bald zu schätzen wissen!

Die Schritte sind:

- 1.1. Analyse meiner stärksten persönlichen Eigenschaften
- 1.2. Vergleich der stärksten persönlichen Eigenschaften mit dem derzeitigem Beruf und den derzeitigen Tätigkeiten
- 1.3. Vergleich des derzeitigen Berufes und der derzeitigen Tätigkeiten mit den persönlichen Eigenschaften
- 1.4. Beurteilung des persönlichen und beruflichen Profils
- 1.5. Analyse der liebsten Tätigkeiten
- 1.6. Analyse der am meisten vermiedenen und abgelehnten Tätigkeiten.
- 1.7. Analyse der Wunsch-Tätigkeiten
- 1.8. Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und der Erfahrungen
- 1.9. Kompetenzprofil zu Vergleichspersonen
- 1.10. Analyse der bisherigen Selbstorganisation
- 1.11. Selbstdiagnose und Entscheidungen

Besprechen Sie die Ergebnisse der einzelnen Schritte mit einer Person, die Sie besonders gut kennt und zu der Sie ein besonderes Vertrauen verbindet und die während Ihres ganzen Weges ein wohlwollender und kritischer Partner sein kann.

Jeder lebt von seinen Stärken.

1.1. Analyse meiner stärksten persönlichen Eigenschaften

Kennen Sie Ihre unverwundbaren Stärken und Eigenschaften die Ihr Berufs- und Privatleben so entscheidend prägen?

Alle Erfolge sind auf wirksam gewordene *Stärken* zurückzuführen.

Viele konzentrieren sich jedoch ständig auf die Beseitigung von 'Schwächen' und versäumen dabei, etwas aus ihren 'Stärken' zu machen. Andere wiederum wünschen sich unbedingt bestimmte Eigenschaften oder meinen, ganz bestimmte Eigenschaften haben zu müssen. Sie verzetteln sich nicht selten dabei oder verlieren, weil sie einem unerreichbaren Ideal oder gar einem Idol nachjagen.

Wieder andere bekämpfen bei sich bestimmte 'negative' Eigenschaften oder Neigungen und übersehen dabei die Kraft und Stärke, die gerade aus solchem als 'negativ' Eingeschätztem zu gewinnen ist.

Anleitung:

Nehmen Sie sich mindestens 45 Minuten Zeit.

- ① Listen Sie auf Blatt 7 Ihre stärksten Eigenschaften auf - so wie Sie Ihnen einfallen, unsortiert.
Notieren Sie z.B. persönliche, berufliche, fachliche, künstlerische, 'private' Eigenschaften und besondere Erfahrungen.
(30 Minuten)
Wichtig: Lassen Sie keine 'negativen' Eigenschaften aus, auch wenn sie Sie oder andere stören, oder weil sie 'unmoralisch'.... sind!
- ② Wählen Sie aus der Liste die zehn Eigenschaften aus, welche bei Ihnen am meisten d.h. besten ausgeprägt sind. Behandeln Sie die 'negativen' Eigenschaften ohne Unterschied zu den 'positiven'.
- ③ Numerieren Sie diese zehn Eigenschaften von 1 (= stärkste, wichtigste Eigenschaft) bis 10.
- ④ Erstellen Sie eine neue Liste auf Blatt 8 mit der Reihenfolge der stärksten Eigenschaften.
- ⑤ Vermerken Sie, welcher Art die stärksten Eigenschaften derzeit sind (z.B. persönlich, beruflicher, privater Art oder besondere Erfahrungen).
- ⑥ Machen Sie einen Tag Pause. Bearbeiten Sie dann Schritt 1.2.

1.1. ①-③ Liste meiner stärksten Eigenschaften - Sammeliste

(persönliche, berufliche, fachliche, künstlerische, 'private' Eigenschaften und besondere Erfahrungen)

① Ifd.Nr.	① Eigenschaft, Stärke	②,③ Rang Nr. (1-10)
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		

1.1. ④-⑤ Liste meiner zehn stärksten Eigenschaften
- sortiert nach der Rangfolge-
 (persönliche, berufliche, fachliche, künstlerische, 'private' Eigenschaften
 und besondere Erfahrungen)

④ lfd.Nr.	④ Eigenschaft, Stärke	⑤ Art*
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		

*Art: Vermerken Sie, welcher Art die stärksten Eigenschaften derzeit sind.

z.B.

- pers = persönlich
- beruf = beruflich
- fach = fachlich
- kunst = künstlerisch
- priv. = privat
- Erfa = besondere Erfahrung

Tragen Sie das heutige Datum auf Seite 4 ein.

*Die Natur hat die Menschen so geschaffen,
daß sie zwar alles begehren,
aber nicht alles erreichen können.
Da nun das Verlangen, etwas zu erwerben,
immer größer ist als die Fähigkeit hierzu,
so entsteht daraus Unzufriedenheit mit dem,
was man besitzt, und ferner die Erkenntnis,
welch geringe Befriedigung der Besitz gewährt.
Machiavelli*

1.2. Vergleich der stärksten persönlichen Eigenschaften mit dem derzeitigen Beruf und den derzeitigen Tätigkeiten

Es ist ein seltener Glücksfall, wenn die derzeitige Situation genau die Rahmenbedingungen bietet, die alle Ihre Stärken wirksam werden und weiter entfalten läßt.

Manche befinden sich in Situationen, die vorübergehend oder dauerhaft nicht erwarten lassen, daß die persönlichen Stärken ausreichend zur Geltung kommen und weiterentwickelt werden.

Im Schritt 1.2. werden deshalb die stärksten persönlichen Eigenschaften mit dem derzeitigen beruflichen Anforderungsprofil verglichen.

Anleitung:

Nehmen Sie sich mindestens 30 Minuten Zeit.

- ① Tragen Sie auf der Liste auf Seite 10 Ihren Beruf ein, bzw. das, was Sie derzeit 'tun' ein bzw. das, was zu zuletzt getan haben (falls Sie derzeit ohne Arbeit sind).
- ② Tragen Sie ebenso Ihre wichtigsten Tätigkeiten/Aufgaben Ihres Berufes ein.
- ③ Übertragen Sie in die Liste auf Seite 10 Ihre 10 stärksten Eigenschaften (Übertrag von Liste Seite 8).
- ④ Bewerten Sie auf der Liste Seite 10, in welchem Maße diese Eigenschaften in Ihrem jetzigen Beruf und für Ihre jetzigen tatsächlich ausgeübten Tätigkeiten wichtig sind. Markieren Sie Ihre Bewertung mit einem Kreuz. Entscheiden Sie sich stets für eine volle Ziffer, keine Zwischenwerte!

Wichtig:

Maßgeblich für Ihre Bewertung ist IHRE Einschätzung,
nicht die Meinung anderer!

- ⑤ Addieren Sie die Summen der einzelnen Spalten.
- ⑥ Addieren Sie die Summen aller Spalten.
Die erreichbare Höchstzahl ist 100, wenn Sie 10 Eigenschaften eingetragen haben und alle mit der Höchstbewertung versehen haben sollten.

1.2. Vergleich der stärksten persönlichen Eigenschaften mit dem derzeitigen Beruf und den derzeitigen Tätigkeiten

① Mein derzeit ausgeübter Beruf:

② Die wichtigsten Tätigkeiten/Aufgaben meines Berufes:

③ Meine 10 stärksten Eigenschaften
(lt. Liste Seite 8)



④ Für meinen derzeitigen Beruf und meine derzeitigen Haupttätigkeiten sind die Eigenschaften
unwichtig eher störend förderlich neutral sehr wichtig ein "MUß"

Rang ③	Eigenschaft ③	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
⑥ Gesamtpunkte:		⑤									

1.3. Vergleich des derzeitigen Berufes und der derzeitigen Tätigkeiten mit den persönlichen Eigenschaften

Im vorhergehenden Schritt haben Sie untersucht, inwieweit sich Ihre stärksten persönlichen Eigenschaften in Ihrem Beruf bzw. Ihren Tätigkeiten/Aufgaben entfalten können. Im Schritt 1.3. erfolgt eine umgekehrte Betrachtung, nämlich, inwieweit die wichtigsten derzeitigen beruflichen Anforderungen Ihrem Persönlichkeitsprofil entsprechen. Hierdurch werden nicht nur Quellen von Unzufriedenheiten entdeckt, sondern auch die Felder, auf welchen Sie sich mehr qualifizieren könnten oder sollten.

Das Ergebnis des Schrittes 1.3. wird Ihnen wichtige Hinweise geben, ob Ihre Unzufriedenheiten ihre Ursache im Grundsätzlichen des Berufes haben oder aber eher 'nur' aus dem Umfeld resultieren, in welchem Sie Ihren Beruf bzw. Ihre Tätigkeiten derzeit ausüben.

Anleitung:

Nehmen Sie sich mindestens 30 Minuten Zeit.

- ① Tragen Sie auf der Liste auf Seite 12 Ihren Beruf ein.
- ② Tragen Sie ebenso Ihre wichtigsten Tätigkeiten/Aufgaben Ihres Berufes ein.
- ③ Tragen Sie in die Liste auf Seite 12 die wichtigsten Anforderungen ein, die Ihr Beruf bzw. Ihre derzeitigen wichtigsten Tätigkeiten/Aufgaben erfordern. Anforderungen, die Sie zu Ihren zehn stärksten Eigenschaften zählen, bitte *nicht(!)* eintragen, da diese bereits im vorherigen Schritt verglichen wurden. Also: In die Liste auf Seite 12 alle Anforderungen Ihres Berufes bzw. Ihrer derzeitigen wichtigsten Tätigkeiten/Aufgaben eintragen, die *nicht(!)* zu Ihren zehn stärksten Eigenschaften zählen.
- ④ Bewerten Sie durch Kreuze auf der Liste Seite 12, welche Bedeutung die jeweilige Anforderung für Ihren Beruf bzw. Ihre derzeit wichtigsten Tätigkeiten/Aufgaben hat.
Wichtig:
Maßgeblich für Ihre Bewertung ist IHRE Einschätzung,
nicht die Meinung anderer!
- ⑤ Bewerten Sie durch Kreuze auf der Liste Seite 12, ob Sie die jeweilige Anforderung eher stark oder eher schwach erfüllen.
Wichtig:
Maßgeblich für Ihre Bewertung ist IHRE Einschätzung,
nicht die Meinung anderer!
- ⑥ Verbinden Sie die Kreuze mit Linien und betrachten Sie einige Minuten lang die Übereinstimmungen und Unterschiede der beiden Linien.

1.3. Vergleich des derzeitigen Berufes und der derzeitigen Tätigkeiten mit den persönlichen Eigenschaften

① Mein derzeit ausgeübter Beruf:

② Die wichtigsten Tätigkeiten/Aufgaben meines Berufes:

③ Hier die wichtigsten Anforderungen eintragen, die Ihr Beruf bzw. Ihre derzeit wichtigsten Tätigkeiten/Aufgaben erfordern (ohne die Anforderungen, die bereits in der Liste auf Seite 10 enthalten sind): ↓ Anforderung ③		④ Bedeutung der Anforderung für meinen Beruf bzw. für meine derzeit wichtigsten Tätigkeiten/Aufgaben:					⑤ Die Anforderung stellt für mich dar: eher "Stärke" eher "Schwäche"				
Nr. ③		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											

*Bildung setzt voraus ein Bild,
das im Geschehen werdend wird.
Heinrich Keßler*

1.4. Ermittlung des persönlichen Qualifizierungsbedarfes

Qualifizierungen dienen dazu, vorhandene Stärken (siehe Seiten 10 und 12) zu festigen und weiter zu entwickeln und 'Schwächen' in Stärken zu verwandeln.

In diesem Schritt stellen Sie fest, welche Inhalte bzw. welche Schwerpunkte Bildungsmaßnahmen haben sollten und wie dringend die Qualifizierung von *Ihnen(!)* eingeschätzt wird. Für die Art der Bildungsmaßnahmen (Bücher, Selbststudium, kollegiales Lernen, Kurse, Seminare usw.) gilt der Grundsatz: Je mehr man selbst tut und sich übt, umso eher gelingt die Bildung.

Bildung kann sein:

- Vorqualifizierung
z.B. für neue Aufgaben, alte Aufgaben in neuen Situationen, usw.
- Nachqualifizierung
z.B. zum Abbau von Überforderungen und Fehlern,
Erhöhung der Fähigkeit, qualifiziertere Aufgaben zu übernehmen,
- Sicherung eines erreichten Qualifikationsstandes
z.B. um Sprachkenntnisse aktuell zu halten usw.

Die tatsächlich erforderlichen und zweckdienlichen Bildungsmaßnahmen legen Sie erst im letzten Schritt "Maßnahmenplanung" (Seite 60) fest.

Anleitung:

Nehmen Sie sich mindestens 30 Minuten Zeit.

- ① Übertragen Sie in die Liste auf Seite 14 alle persönlichen Eigenschaften aus der Seite 10 (stärkste Eigenschaften) und aus der Seite 12 (Anforderungen aus Ihrem Berufs-/Tätigkeits-/Aufgabenfeld) ein, bei welchen Sie meinen, daß Sie einen Qualifizierungsbedarf haben.
- ② Legen für jede Nennung fest, ob es sich um
 - Vorqualifizierung,
 - Nachqualifizierung oder um
 - Sicherung des Qualifizierungsniveaushandelt.
- ③ Bewerten Sie, ob der Bildungsbedarf aus der Sicht des Berufes, der derzeitigen Tätigkeiten/Aufgaben
 - dringend,
 - weniger dringend,
 - nicht dringend ist.

Wichtig:

Maßgeblich für Ihre Bewertung ist IHRE Einschätzung,
nicht die Meinung anderer!

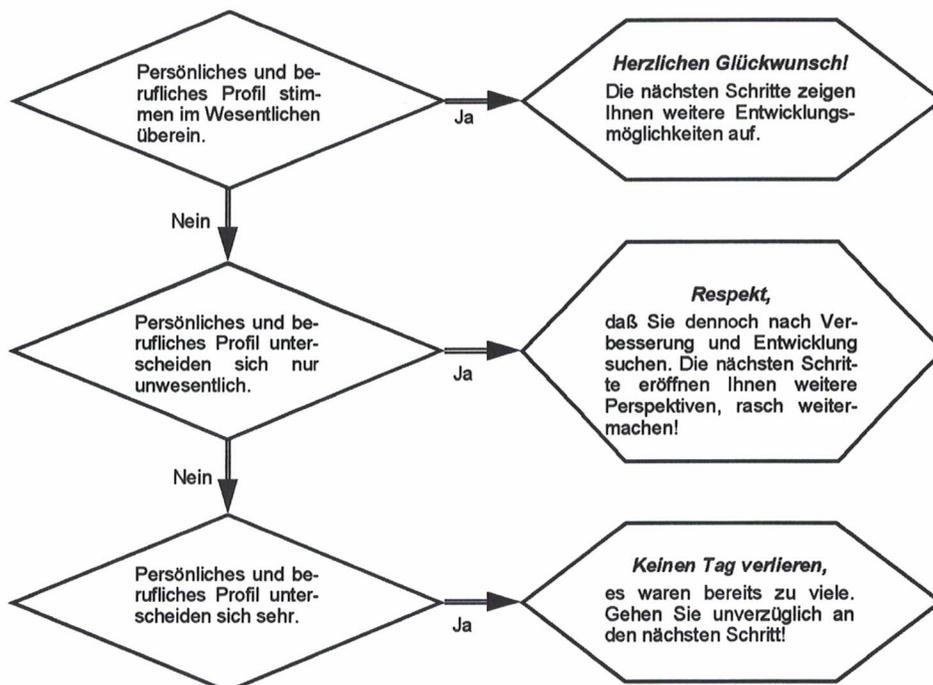
Die Differenz ist ein Maß für den Abstand.

2. 1. Zwischenbilanz: Beurteilung des persönlichen und beruflichen Profils

Anleitung:

Nehmen Sie sich 30 Minuten Zeit.

- ① Gehen Sie in Ruhe nochmals alle bisherigen Ergebnisse durch und lassen Sie diese auf sich wirken.
(25 Minuten)
- ② Beantworten Sie folgende Fragen:



- ③ Gehen Sie zu Seite 4 und tragen Sie dort das Datum des Abschlusses dieses Schrittes ein.
- ④ Machen Sie einen Tag Pause, bevor Sie mit der nächsten Aufgabe beginnen. Legen Sie das Datum fest, an welchem Sie mit dem nächsten Schritt fortfahren.

*Die ist die beste aller möglichen Welten:
offen gegenüber allen Informationsquellen zu sein,
und dennoch fähig,
Ihre eigenen Entscheidungen zu treffen,
basierend auf Ihren eigenen Werten, Zielen, Kriterien.
Connirae und Steve Andreas*

3. Ermittlung und Analyse der Potentiale

Nun geht es darum sich bewußt zu machen, wie man sich bisher eingerichtet hat, um seinen Stärken am besten zum Ausdruck zu verhelfen und am wenigsten mit seinen 'Schwächen' konfrontiert zu werden. In den folgenden Schritten können Sie auch erkennen, ob Sie sich so sehr auf die Beseitigung von 'Schwächen' konzentriert haben, daß Sie die Nutzung Ihrer Stärken vernachlässigten.

Ferner werden Sie mit einigen Ihrer Gewohnheiten in Berührung kommen, insbesondere solchen, die eventuellen Veränderungen entgegenstehen könnten, und natürlich auch mit Gewohnheiten, die Veränderungen begünstigen. Denn: Was man kennt, das kommt einem vertraut vor.

Je mehr und je länger man etwas Bestimmtes gemacht hat, umso weniger kümmert man sich meist um Alternativen und schätzt sie manchmal auch gar nicht mehr. Viele gangbaren Alternativen erscheinen im ersten Moment unattraktiv, weil fremd, und werden zu oft und vorschnell abgelehnt oder aber als "unrealistischer Traum" bezeichnet und dadurch ebenso oft nicht angegangen.

Die nächsten Schritte dienen dazu, sich Ihre offensichtlichen und realistischen Potentiale bewußt und dadurch den Weg frei zu machen für attraktive neue Möglichkeiten für Ihren Beruf und Ihr Privatleben.

Die Potentialermittlung und -analyse ist gegliedert in:

- | | |
|------|--|
| 3.1. | Analyse der liebsten Tätigkeiten |
| 3.2. | Analyse der am meisten vermiedenen und abgelehnten Tätigkeiten. |
| 3.3. | Analyse der Wunsch-Tätigkeiten |
| 3.4. | Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und der Erfahrungen |
| 3.5. | Kompetenzprofil zu Vergleichspersonen |

Viel Spaß bei Ihrer weiteren Entdeckungsreise!

*Vieles, was mir möglich ist,
habe ich bisher nicht erkannt,
oder gar abgelehnt,
oder nicht genutzt
oder nur teilweise entwickelt.
Heinrich Keßler*

3.1. Analyse der liebsten Tätigkeiten

Die liebsten Tätigkeiten enthalten meist auch die Information, wie Sie Ihre Stärken am besten und angenehmsten erfahren, einsetzen und festigen. Bei diesem Schritt kommt es darauf an, was Sie wirklich tun, wie und womit Sie Ihre Zeit wirklich verbringen. Bitte notieren Sie keine Tätigkeiten, die Sie irgendwann einmal tun wollen, sondern nur solche, die Sie tatsächlich **tun**.

Anleitung:

Nehmen Sie sich 30 Minuten Zeit.

- ① Schreiben Sie in die Liste auf Seite 18 alle Tätigkeiten, die Sie bisher am liebsten gemacht haben.

Wichtig:

Schreiben Sie alles auf, was Ihnen einfällt und so wie es Ihnen einfällt.
Schreiben Sie auch alle Tätigkeiten auf, die Sie für 'negativ' halten!

Sollte die Seite nicht reichen, schreiben Sie auf einem weiteren Blatt weiter.
(20 Minuten)

- ② Suchen Sie sich aus allen Aufzeichnungen dieser Aufgabe die liebste Tätigkeit aus und geben Sie ihr den Rang 1.
Suchen Sie dann die nächst liebste Tätigkeit.
Numerieren Sie mindestens zehn 'liebste Tätigkeiten'.
(10 Minuten)

- ③ Überprüfen Sie die Rangliste. Streichen Sie alle Tätigkeiten, die Sie zwar gerne tun würden, aber aus Zeit- und allen sonstigen Gründen tatsächlich nicht ausüben.

Wichtig: Es kommt darauf an, was Sie wirklich, tatsächlich tun,
was immer es auch sein mag.

Wiederholen Sie gegebenenfalls den Schritt ② und den Schritt ③.

3.1. Analyse der liebsten Tätigkeiten

Lfd. Nr.	Rang	Tätigkeit	Lfd. Nr.	Rang	Tätigkeit
1			31		
2			32		
3			33		
4			34		
5			35		
6			36		
7			37		
8			38		
9			39		
10			40		
11			41		
12			42		
13			43		
14			44		
15			45		
16			46		
17			47		
18			48		
19			49		
20			50		
21			51		
22			52		
23			53		
24			54		
25			55		
26			56		
27			57		
28			58		
29			59		
30			60		

*Oft konzentrieren wir uns auf das,
was wir NICHT wollen,
und versäumen dadurch,
zu tun,
was wir wollen und können.
Heinrich Keßler*

3.2. Analyse der am meisten vermiedenen und abgelehnten Tätigkeiten

Jeder macht bestimmte Dinge nur ungern und versucht deshalb, sie zu vermeiden. Oft werden Dinge abgelehnt, nur weil man einmal 'schlechte Erfahrungen' damit gemacht hat. Manchmal hört man jedoch 'nur' auf irgendwelche Personen in der Vergangenheit oder im derzeitigen Umfeld.

Durch die Vermeidung von bestimmten Tätigkeiten oder durch Unlust können wichtige Stärken möglicherweise sich nicht ausreichend entwickeln. Ob diese These stimmt, können Sie überprüfen, wenn Sie diese Aufgabe gelöst haben. (Ich schließe nicht aus, daß Sie sie zu vermeiden suchen). Also, ran!

Anleitung:

Nehmen Sie sich 30 Minuten Zeit.

- ① Schreiben Sie in die Liste auf Seite 20 alle Tätigkeiten, die Sie bisher abgelehnt, vermieden oder nur mit mehr oder wenige Unlust erledigt haben.

Wichtig:

Schreiben Sie alles auf, was Ihnen einfällt und so wie es Ihnen einfällt.

Sollte die Seite nicht reichen, schreiben Sie auf einem weiteren Blatt weiter.
(20 Minuten)

- ② Suchen Sie sich aus allen Aufzeichnungen dieser Aufgabe die am meisten abgelehnte Tätigkeit aus und geben Sie ihr den Rang 1.
Suchen Sie dann die nächst abgelehnte Tätigkeit.
Numerieren Sie mindestens zehn 'abgelehnte Tätigkeiten'.
(10 Minuten)

Falls Sie diesen Schritt übergehen wollen, beginnen Sie die Liste auf Seite 20 mit:

"Ich vermeide Selbstkritik"

"Ich vermeide kritische Auseinandersetzung mit mir selbst"

"Ich vermeide festzustellen, wo ich stehe."

"Ich vermeide Verantwortung für mich selbst."

3.2. Analyse der am meisten vermiedenen und abgelehnten Tätigkeiten

Lfd. Nr.	Rang	abgelehnte, vermiedene Tätigkeit	Lfd. Nr.	Rang	abgelehnte, vermiedene Tätigkeit
1			31		
2			32		
3			33		
4			34		
5			35		
6			36		
7			37		
8			38		
9			39		
10			40		
11			41		
12			42		
13			43		
14			44		
15			45		
16			46		
17			47		
18			48		
19			49		
20			50		
21			51		
22			52		
23			53		
24			54		
25			55		
26			56		
27			57		
28			58		
29			59		
30			60		

*Das Leben ist zu kurz,
um schlechten Wein zu trinken.*

3.3. Analyse der Wunsch-Tätigkeiten

Es ist kaum vorstellbar, daß jemand keinen Wunsch oder Traum hat, den er sich gerne erfüllen würde, wenn....., ja wenn.....!!

Dennoch haben manche vergessen, was sie sich eigentlich wünschen und wovon sie träumen. Einige meinen sogar, sie dürften keine Wünsche oder Träume mehr haben! Was für ein Unsinn!! Das nützt doch niemandem! Wünsche und Träume enthalten oft wichtige Hinweise auf nutzbare, aber bisher nicht genutzte Möglichkeiten. Wünschen und erträumen Sie in diesem Schritt was immer Sie wünschen und erträumen.

Anleitung:

Nehmen Sie sich 45 Minuten Zeit.

- ① Schreiben Sie in die Liste auf Seite 22 alles was Sie wünschen, einmal zu tun.

Wichtig:

Sie haben keinerlei Begrenzungen!

Tragen Sie alles ein, was Sie tun würden, wenn Sie dürften, das Geld dazu hätten, die Kompetenz dazu hätten, usw.

Schreiben Sie alles auf, was Ihnen einfällt und so wie es Ihnen einfällt.

Schreiben Sie auch alle Wünsche auf, die Sie für 'negativ' halten!

Sollte die Seite nicht reichen, schreiben Sie auf einem weiteren Blatt weiter.
(20 Minuten)

- ② Überprüfen Sie alle Eintragungen, ob sie 'positiv' formuliert sind.
Ändern Sie alle negative Formulierungen in positive.

z.B. *keine* Geldsorgen mehr (=negative Formulierung) umformulieren in
= ich verdiene ausreichend Geld (=positive Formulierung)

oder:

faulenzten (=negative Formulierung) ändern in

= Ich baue mein Hobby..... aus (=positive Formulierung)

- ③ Suchen Sie sich aus allen Aufzeichnungen dieser Aufgabe den größten Wunsch aus und geben Sie ihm den Rang 1.

Suchen Sie dann den nächstgrößten Wunsch, usw.

Numerieren Sie mindestens zehn Wünsche.

(5 Minuten)

- ④ Damit Sie Ihre Wünsche und Träume nicht vergessen:

Legen Sie sich einen Ordner oder eine Mappe an. Heften Sie darin alles ein,

was 'ein Bild' Ihrer Wünsche und Träume abgibt, z.B. Prospekte, Zeitungsartikel, Bilder, eigene Zeichnungen, Notizen usw. usw.)

- ⑤ Sehen Sie sich ab sofort diesen Ordner täglich an!

3.3. Analyse der Wunsch-Tätigkeiten

Lfd. Nr.	Rang	Wunsch-Tätigkeiten	Lfd. Nr.	Rang	Wunsch-Tätigkeiten
1			31		
2			32		
3			33		
4			34		
5			35		
6			36		
7			37		
8			38		
9			39		
10			40		
11			41		
12			42		
13			43		
14			44		
15			45		
16			46		
17			47		
18			48		
19			49		
20			50		
21			51		
22			52		
23			53		
24			54		
25			55		
26			56		
27			57		
28			58		
29			59		
30			60		

*Es ist keiner nichts
und keiner alles.*

3.4. Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und Erfahrungen

Die Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten, die im aktuellen Beruf und bei den aktuellen Tätigkeiten und Aufgaben gefordert und eingesetzt werden, machen oft nur einen Bruchteil des tatsächlichen Wissens und Könnens aus, über welches man verfügt. Weil im Beruf oft immer wieder dieselben Kenntnisse, Fähigkeiten und Erfahrungen gefordert werden, 'vergißt' man, sich der anderen zu erinnern und diese zu entwickeln.

Haben Sie noch etwas Geduld. Machen Sie sich in diesem Schritt (wieder) einmal bewußt, welches reiches Spektrum an Kenntnissen, Fähigkeiten, Fertigkeiten und Erfahrungen Sie inzwischen sich erworben haben.

Anleitung:

Nehmen Sie sich mindestens 90 Minuten Zeit.

- | | | | |
|---|--|-------|----|
| ① | Schreiben Sie einen tabellarischen Lebenslauf | Seite | 24 |
| ② | Erstellen Sie eine Liste mit allen Inhalten Ihrer bisherigen Berufszeit | Seite | 25 |
| ③ | Erstellen Sie eine Liste Ihrer Basisqualifikationen (Schulbildung, Abschlüsse, Diplome,.....) | Seite | 26 |
| ④ | Erstellen Sie eine Liste Ihrer Fachqualifikationen (Berufsausbildung, Fortbildungen, Weiterbildungen, Methodenkenntnisse, Spezialqualifikationen, Selbststudiertes, prägende Erfahrungen) | Seite | 27 |
| ⑤ | Erstellen Sie eine Liste Ihrer Zusatzqualifikationen (Sprachen, Beherrschung bestimmter Methoden und Verfahren im Hobby und aus der Freizeit; Veröffentlichungen, Dissertationen usw.) | Seite | 28 |
| ⑥ | Erstellen Sie eine Liste Ihrer Schlüsselqualifikationen (besondere Kommunikationsfähigkeiten, Problemlösefähigkeiten, Teamfähigkeiten, Durchsetzungsvermögen, usw.) | Seite | 29 |
| ⑦ | Erstellen Sie eine Liste Ihrer Managementqualifikationen (Projektarbeit, Planung, Steuerung, Organisation, auch Erfahrungen aus dem Privatleben/Vereine) | Seite | 30 |
| ⑧ | Erstellen Sie eine Liste Ihrer Führungsqualifikationen (Gründung, Führung von Organisationen, Menschenführung, übernommene Führungsaufgaben, auch im Privat/Vereinsleben) | Seite | 31 |
| ⑨ | Erstellen Sie eine Liste Ihrer sonstigen Qualifikationen (Erfahrungen aus Reisen, dem persönlichen Umfeld, aus Herkunft, Lebensweg, persönlichen Neigungen, sozialer Herkunft, Alter, Krankheiten und anderem) | Seite | 32 |
| ⑩ | Erstellen Sie eine Liste Ihrer 10 für Sie wichtigsten und wertvollsten Qualifikationen | Seite | 33 |

3.4. Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und der Erfahrungen

① Tabellarischer Lebenslauf

Name, Vorname:

Geboren am:

Geburtsort:

Staat/Land:

Vater (ggfs. mit Geburtsname):

Beruf des Vaters:

Mutter (ggfs. mit Geburtsname):

Beruf der Mutter:

Zahl der Geschwister:

Konfession:

Wohnorte seit der Geburt:

Muttersprache und
andere fließende Sprachen:

Familienstand:

Verheiratet seit:

mit (Name, Vorname):

Beruf:

(eheliche) Kinder mit Alter:

Persönliche Merkmale der
Lebensgeschichte:

Hobbys:

3.4. Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und der Erfahrungen

② Liste mit allen Inhalten meiner bisherigen Berufszeit

(Vorberufszeit, Lehre, Berufsleben, usw.)

lfd.Nr.	Was ich getan habe:	Mein Rang Nr. (1-10)
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		

3.4. Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und der Erfahrungen

③ Liste meiner Basisqualifikationen

(Schulbildung, Abschlüsse, Diplome,.....)

lfd.Nr.	Schulbildung, Abschlüsse, Diplome: "Was ich gelernt habe":	Mein Rang Nr. (1-10)
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		

3.4. Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und der Erfahrungen

④ Liste meiner Fachqualifikationen

lfd.Nr.	Berufsausbildung, Fortbildungen, Weiterbildungen, Methodenkenntnisse, Spezialqualifikationen, Selbststudiertes, prägende Erfahrungen "Worin ich 'fit' bin":	Mein Rang Nr. (1-10)
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		

3.4. Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und der Erfahrungen

⑤ Liste meiner Zusatzqualifikationen

lfd.Nr.	Sprachen, Beherrschung bestimmter Methoden und Verfahren im Hobby und aus der Freizeit, Veröffentlichungen, Dissertationen usw. "Worin ich 'gut' bin":	Mein Rang Nr. (1-10)
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		

3.4. Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und der Erfahrungen

© Liste meiner Schlüsselqualifikationen

lfd.Nr.	besondere Kommunikationsfähigkeiten, Problemlösefähigkeiten, Teamfähigkeiten, Durchsetzungsvermögen, usw. "Weshalb man gut mit mir zusammenarbeiten kann":	Mein Rang Nr. (1-10)
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		

3.4. Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und der Erfahrungen

⑦ Liste meiner Managementqualifikationen

lfd.Nr.	Projektarbeit, Planung, Steuerung, Organisation, auch Erfahrungen aus dem Privatleben/Vereine "Weshalb ich selbstverantwortlich arbeiten kann":	Mein Rang Nr. (1-10)
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		

3.4. Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und der Erfahrungen

⊗ Liste meiner Führungsqualifikationen

lfd.Nr.	Gründung, Führung von Organisationen, Menschenführung, übernommene Führungsaufgaben, auch im Privat- und Vereinsleben "Weshalb ich Menschen und Organisationen führen kann":	Mein Rang Nr. (1-10)
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		

3.4. Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und der Erfahrungen

⑨ Liste meiner sonstigen Qualifikationen

lfd.Nr.	Erfahrungen aus Reisen, dem persönlichen Umfeld, aus Herkunft, Lebensweg, persönlichen Neigungen, sozialer Herkunft, Alter, Krankheiten und anderem "Worin ich einzigartig, unverwechselbar bin":	Mein Rang Nr. (1-10)
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		

3.4. Bestandsaufnahme des persönlichen Wissens, Könnens und der Erfahrungen

- ⑩ Liste meiner 10 für mich wichtigsten und wertvollsten Qualifikationen
(Auswahl aus allen neuen vorangegangenen Aufstellungen)

Rang Nr.	"Wie ich bin und gerne gesehen werden möchte":
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	
32	

*Wenn ich wüßte,
wo ich stehe im ständig fließenden Fluß,
stünde mir die ganze Welt offen.
Heinrich Keßler*

3.5. Kompetenzprofil zu Vergleichspersonen

Der persönliche Standort drückt sich im Profil aus, welches sich aus den Unterschieden im Vergleich zu Konkurrenten oder anderen Vergleichspersonen ergibt. Meist erfährt man dieses Profil, wenn man will und dafür aufgeschlossen ist, durch Rückmeldungen, Lob, Kritik, (Leistungs-)beurteilungen von Kunden, Vorgesetzten, Kollegen, Mitarbeitern, Freunden und Familienangehörigen. Dieses Profil (Fremdbild) ist meist sehr facettenreich und manchmal auch widersprüchlich.

Durch den Kompetenzprofilvergleich mit Vergleichspersonen wird das Selbstbild der Kompetenzen abgerundet.

Wichtig:

Vergleichen Sie sich nur mit noch lebenden Personen, die Sie persönlich aus eigener Erfahrung kennen. Vergleichen Sie sich niemals mit bereits verstorbenen Vorbildern, niemals, niemals mit Idealen und niemals, niemals, niemals mit Idolen! Behalten Sie die Verstorbenen und Ideale und Idole lieber nur 'in guter Erinnerung'!

Auch wenn es unbequem ist: Je kompetenter nach Ihrer Meinung die (lebende) Vergleichsperson ist, umso *geeigneter* ist sie für Ihr Vergleichsprofil!

Anleitung:

Nehmen Sie sich pro Vergleichsperson 45 Minuten Zeit.

- ① Legen Sie eine Vergleichsperson fest und tragen Sie deren Namen auf Seite 35 ein. (Falls Sie sich mit mehreren Personen vergleichen wollen, tragen Sie deren Namen auf den Seiten 36 und 37 ein. Vergleichen Sie sich jedoch nicht mit mehr als drei Personen!)
- ② Legen Sie fest, welche Funktionen die Vergleichspersonen ausüben und tragen Sie diese Funktionen in die Seiten 35, 36 und 37 ein.
- ③ Tragen Sie nun bei der ersten Vergleichsperson auf Seite 35 die Anforderungen (Kenntnisse, Können, Erfahrungen, Fähigkeiten, persönliche Merkmale) ein, die die Person hat oder haben sollte, um die Funktion zu erfüllen.
- ④ Beurteilen Sie für jede Anforderung spontan, wie Sie sich selbst im Vergleich zur Vergleichsperson einschätzen.
- ⑤ Wiederholen Sie die Schritte ③ und ④ für die zweite Vergleichsperson (Seite 36)
- ⑥ Wiederholen Sie die Schritte ③ und ④ für die dritte Vergleichsperson (Seite 37)

*Ein Talent ist wie ein Samen:
er geht auf, wenn er auf
fruchtbaren Boden fällt.*

4. 2. Zwischenbilanz: Beurteilung der Talente und deren Entwicklungen

Ziehen Sie nun eine zweite Zwischenbilanz:

- ① Schauen Sie alle Aufzeichnungen der Seiten 20 bis 37 noch einmal an.
- ② Beurteilen Sie:
Meine Haupttalente sind:
 - 1.
 - 2.
 - 3.
 - 4.
- ③ Stellen Sie fest:
Am meisten habe ich bisher verkümmern lassen:
 - 1.
 - 2.
 - 3.
 - 4.
- ④ Stellen Sie fest:
Folgende Talente haben ich jetzt neu entdeckt?
 - 1.
 - 2.
 - 3.
 - 4.
- ⑤ Legen Sie den Tag fest, an welchem Sie mit dem weiteren Schritt beginnen werden.
Gehen Sie zu Seite 4 und tragen Sie dort die Daten der Bearbeitung ein.

*Wenn man antritt, um irgend etwas zu verändern,
dann wird man nur in geringem Maße das betrachten,
was man beibehalten sollte.
Eine Analyse des Beizubehaltenden ist aber die einzige Chance,
implizite Probleme explizit zu machen und so zu verhindern,
daß die Lösung des Problems zur Folge hat,
daß drei neue dafür auftreten.*
Dörner

5. Analyse der bisherigen Selbstorganisation

Man trifft immer wieder Menschen, die immer wieder einem "Glück" nachjagen, obwohl sie es längst gefunden haben: sie haben es nicht bemerkt. Andere resignieren und übersehen, daß das, was sie suchen, in greifbarer Nähe vor ihnen liegt. Wieder andere meinen, das Glück müsse sich schon bemühen, wenn es zu ihnen kommen will, wobei jedoch bereits ein altes Sprichwort sagt: Das Glück kommt nur zu denen, die es suchen.

In diesem Schritt machen Sie sich nun bewußt, wie Sie sich bisher selbst organisiert haben, um Ihren liebsten Tätigkeiten zu frönen, die abgelehnten am besten zu vermeiden und die Wunsch-Tätigkeiten am ehesten zu ermöglichen. Hier können Sie feststellen, wie Sie Ihre Talente eingesetzt haben und wie 'clever' Sie bisher schon waren.

Anleitung

Nehmen Sie sich 50 Minuten Zeit.

- ① Notieren Sie auf Seite 40, wann und wo Sie mit wem und wie und wodurch Sie Ihren liebsten Tätigkeiten nachgegangen sind bzw. immer wieder nachgehen. (10 Minuten)
- ② Notieren Sie auf Seite 40, wie und wodurch Sie wo und wem gegenüber welche Tätigkeiten ablehnen. (10 Minuten)
- ③ Notieren Sie auf Seite 40, wann und wo Sie mit wem Sie manchmal Ihren Wunschtätigkeiten nachgehen und wie Sie dies tun. (10 Minuten)
- ④ Vermerken Sie auf Seite 41, welche Qualifikationen bei Ihren 'liebsten' Tätigkeiten am meisten abgefordert werden. (5 Minuten)
- ⑤ Vermerken Sie auf Seite 41, welche Qualifikationen bei Ihren Ablehnungen und Vermeidungen am meisten abgefordert werden. (5 Minuten)
- ⑥ Vermerken Sie auf Seite 41, welche Qualifikationen Sie bei Ihren Wunschtätigkeiten besonders entfalten könnten. (5 Minuten)
- ⑦ Erstellen Sie auf Seite 41 eine Liste der Qualifikationen, die in den Schritten ④ - ⑥ am meisten genannt wurden. Es handelt sich um die Qualifikationen, die Sie so prägen, daß Sie praktisch 'durchgängig' Ihr bisheriges Leben danach ausgerichtet haben. (5 Minuten)

5. Analyse der bisherigen Selbstorganisation

① Analyse der liebsten Tätigkeiten

'Liebste' Tätigkeit:	Wann ich sie ausübe (Dauer, Zeitpunkt)	Wo ich sie ausübe (Ort)	Mit wem ich sie ausübe (Beteiligte)	Was mir besonders an meiner liebsten Tätigkeit gefällt

② Analyse der am meisten abgelehnten Tätigkeiten

Was ich heftig ablehne und vermeide::	Wann ich dies tue (Dauer, Zeitpunkt)	Wo ich dies tue (Ort)	Wer ist daran beteiligt? Wer ist davon betroffen?	Was ich dabei am meisten ablehne bzw. vermeide:

③ Analyse der Wunschtätigkeiten

Was ich gerne einmal tun möchte:	Wann ich dies gerne tun würde (Dauer, Zeitpunkt)	Wo ich dies am liebsten tun würde (Ort)	Mit wem ich dies am liebsten tun würde (Beteiligte)	Was die Erfüllung für mich besonders attraktiv macht:

5. Analyse der Selbstorganisation

- ④ Folgende Qualifikationen werden bei meinen 'liebsten' Tätigkeiten besonders abgefordert, das heißt, benötigt, erfahren, bestärkt:

Lfd. Nr.	Qualifikation, Stärke.....

- ⑤ Folgende Qualifikationen werden bei meinen 'Ablehnungen und Vermeidungen' besonders abgefordert, das heißt, benötigt, erfahren, bestärkt:

Lfd. Nr.	Qualifikation, Stärke.....

- ⑥ Folgende Qualifikationen würden bei meinen 'Wunsch-tätigkeiten' besonders abgefordert, das heißt, benötigt, erfahren, bestärkt:

Lfd. Nr.	Qualifikation, Stärke.....

- ⑦ Liste der Qualifikationen, die in den Schritten ④ - ⑥ am meisten genannt wurden:

Lfd. Nr.	Qualifikation, Stärke.....

*Wer nicht kann, was er will,
muß wollen, was er kann.
Leonardo da Vinci*

6. 3. Zwischenbilanz: Selbst-Diagnose und Entscheidungen

Bei diesem Schritt wechseln Sie die Betrachtungen von der Vergangenheit auf die Möglichkeiten Ihrer Zukunft. Die bisher von Ihnen erarbeiteten Ergebnisse werden für die Zukunftsplanung als 'gültig, stimmig, richtig' behandelt. Die Zukunftsplanung kann nur so gut sein, wie die Basis ist. Beantworten Sie sich deshalb kritisch folgende Fragen:

- ① Habe ich Schritte/Aufgaben ausgelassen?
Wenn ja: ⇒ nachholen!
- ② Habe ich alle Ergebnisse schriftlich festgehalten?
Wenn nein: ⇒ nachholen!
- ③ Habe ich 'gemogelt', z.B. bei den liebsten Tätigkeiten andere als meine 'liebsten' angegeben?
Wenn ja: ⇒ 'Mogelangaben' ersatzlos streichen!
- ④ Entscheiden Sie jetzt zwischen:

Ich möchte meinen
derzeitigen beruflichen
Status weitgehend
beibehalten.

Ich möchte beruflich
Einiges verbessern.

Ich möchte mich beruflich
gravierend verändern.

- ⑤ Gehen Sie zu Seite 4 und tragen Sie die Daten der Bearbeitung ein.
Legen Sie den Tag fest, an welchem Sie mit dem Schritt 7 beginnen.
Machen Sie einen Tag Pause.

7. Ermittlung der Potentiale für eine neue Zukunft Mit Kompetenzen Nutzen stiften.

Viele Talente, Fähigkeiten, Methoden, Werkzeuge werden immer und immer wieder nur für die gleichen Aufgaben und Problemlösungen eingesetzt. Der Buchhalter benutzt den Bleistift immer nur zur Addition, der Künstler immer wieder nur zur Skizze, der Mauer immer wieder nur, um Notizen an die Wand zu schreiben; Kinder jedoch drehen Kordeln mit Hilfe von Bleistiften.

Nun geht es also darum, sich bewußt zu machen und zu notieren, wie die eigenen Qualifikationen und Eigenarten in noch ganz anderer Art als bisher genutzt werden können. Insbesondere ist es wichtig, daß Sie völlig neue Arten von Lösungen und Möglichkeiten entdecken, wie Sie mit Ihren Qualifikationen und Eigenarten für andere Nutzen stiften können.

Anleitung:

Nehmen Sie sich für jede Aufgabe mindestens 30 Minuten Zeit.

Entspannen Sie sich und lassen Sie Ihrer Phantasie freien Lauf. Notieren Sie sich alle Ideen, die Sie haben, auch solche, die Ihnen im ersten Moment als unrealistisch erscheinen. Sammeln Sie also jetzt Ihre Ideen, die Bewertung und kritische Würdigung ist späteren Schritten vorbehalten.

Wenn Sie wollen und die Möglichkeit haben, laden Sie für die nachfolgenden Aufgaben Freunde und Familienangehörige ein. Der Zeitbedarf ist dann pro Aufgabe zwar voraussichtlich etwas länger, aber die Diskussion wird sicher manche zusätzliche Idee bringen!

- ① Listen Sie auf Seite 44 alle Ideen auf, die Ihnen auf die Frage einfallen:
"Für welche Arten von 'Problemlösungen für andere' bin ich geeignet?".
Schreiben Sie mindestens 60 Ideen auf (ggfs. Bekannte fragen).
- ② Listen Sie auf Seite 45 alle Ideen auf, die Ihnen auf die Frage einfallen:
"Was kann ich mit meinen Fähigkeiten/Fertigkeiten alles tun?".
Schreiben Sie mindestens 60 Ideen auf (ggfs. Bekannte fragen).
- ③ Listen Sie auf Seite 46 alle Ideen auf, die Ihnen auf die Frage einfallen:
"Welche anderen Berufe/Funktionen/Tätigkeiten könnte ich mit meinen Fähigkeiten und Fertigkeiten ausüben?".
Schreiben Sie mindestens 60 Ideen auf (ggfs. Bekannte fragen).
- ④ Markieren Sie mit einem Markierungsstift alle Ideen auf den Seiten 44-46, die Ihnen besonders gut gefallen, weil sie besonders kreativ und 'pfiffig' sind.

*Die größte und dankbarste Zielgruppe
ist die Gruppe von Menschen oder Organisationen,
die die größten Probleme auf den Gebieten haben,
auf welchen ich die größte Problemlösekompetenz
besitze.*
Heinrich Kefßler

7.2. Ermittlung geeigneter Zielgruppen

In diesem Schritt ermitteln Sie, welche Gruppen von Menschen oder welche Arten von Organisationen oder welche Arten von Auftrag- oder Arbeitgeber am ehesten oder am meisten die Leistungen benötigen, zu welchen Sie geeignet sind und welche Sie nach dem derzeitigen Erkenntnisstand auch gerne tun wollen. Es sind meist viel mehr Zielgruppen als man anfangs vermutet.

Sicherlich denken auch Sie zu Beginn nur an die bisher bekannten oder besonders beliebte Zielgruppen; mit einigem Nachdenken und mit ein bißchen Kreativität fallen auch Ihnen dann sicherlich zunächst ungewöhnliche und zunehmend auch speziellere Zielgruppen ein.

Anleitung:

Nehmen Sie sich für diese Aufgabe mindestens 60 Minuten Zeit.

Entspannen Sie sich und lassen Sie Ihrer Phantasie freien Lauf. Notieren Sie sich alle Ideen, die Sie haben, auch und insbesondere solche, die sie für 'unrealistisch' halten! Hier geht es zunächst um die Sammlung von Ideen, eine Bewertung ist späteren Schritten vorbehalten.

Wenn Sie wollen und die Möglichkeit haben, laden Sie für die nachfolgenden Aufgaben Freunde und Familienangehörige ein. Der Zeitbedarf ist dann zwar voraussichtlich etwas länger, aber die Diskussion wird sicher manche zusätzliche und wertvolle Idee bringen!

- ① Listen Sie auf den Seiten 48 und 49 alle Personen, Personengruppen, Branchen, Unternehmen, Regionen, Gemeinden, Arbeitgeber, Behörden, Kunden, usw. die irgendwie und irgendwann einmal als 'Ihr Kunde' oder 'Ihr Auftraggeber' oder 'Ihr Arbeitgeber' in frage kommen können, weil das, was Sie können, für diese Zielgruppen interessant ist oder werden könnte.
Schreiben Sie mindestens 40 Ideen auf (ggfs. Bekannte fragen).
- ② Tragen Sie in die Tabellen auf Seite 48 und 49 in Stichworten ein, welche Probleme und Aufgaben die Zielgruppen haben oder haben könnten, die Sie lösen könnten.
- ③ Bewerten Sie die Zielgruppen nach der Attraktivität für Sie!
(1= die attraktivste).

Zielgruppen, die für mich als mögliche Kunden, Auftraggeber oder Arbeitgeber in Frage kommen können:

1. Teil:

① Lfd. Nr.	① Zielgruppen Personen, Personengruppen, Branchen, Unternehmen, Regionen, Gemeinden, Kunden, Arbeitgeber, Behörden, usw.	② Aufgaben, Probleme der Zielgruppe, die ich für diese lösen könnte und Leistungen, die ich für die Zielgruppe erbringen könnte.	③ Attraktion der Ziel- gruppe für mich:
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			

Zielgruppen, die für mich als mögliche Kunden, Auftraggeber oder Arbeitgeber in Frage kommen können:

2. Teil:

① Lfd. Nr.	① Zielgruppen Personen, Personengruppen, Branchen, Unternehmen, Regionen, Gemeinden, Kunden, Arbeitgeber, Behörden, usw.	② Aufgaben, Probleme der Zielgruppe, die ich für diese lösen könnte und Leistungen, die ich für die Zielgruppe erbringen könnte.	③ Attraktion der Ziel- gruppe für mich:
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			
32			
33			
34			
35			
36			
37			
38			
39			
40			

*Alles, was man sich denken kann,
kann man auch erreichen.
Wer dies nicht glaubt,
beweist sich die Richtigkeit des Satzes
in diesem Augenblick.
Albert Einstein*

7.3. Profil der eigenen Wünsche

Die meisten Dinge werden nicht erreicht, weil sie erst gar nicht gedacht und gewünscht werden. Was man nicht denkt und für möglich hält, wird man überhaupt nicht erst versuchen. Man muß dem Glück und dem Zufall, den großen Förderern des Erfolges, eine Chance geben, indem man sich selbst darüber klar wird, was man sich 'eigentlich' im tiefsten Inneren wünscht. Viele begrenzen bereits hier ihre Wünsche und erlauben sich nicht, wenigstens davon zu träumen, was wäre und wie es wäre, wenn sie in Erfüllung gehen würden. Andere trauen sich nicht oder nicht mehr, ihre Wünsche zu äußern, wieder andere halten Wünsche als etwas, das in den Bereich des Schlaraffenlandes gehört. Gehören Sie nicht länger zu solch fehlgeleiteten Menschen. Wünschen Sie sich, wovon Sie träumen! (Sie haben doch in Ihren Wünsche-Ordner täglich geschmökert? Oder etwa nicht? Dann schmökern Sie erst einmal wieder und pflegen Sie den Wünsche-Ordner ab sofort mit größerer Sorgfalt.)

Die Auseinandersetzung mit Ihren Wünschen wird Sie schnell erkennen lassen, daß viele durchaus realisierbar sind.

Anleitung:

Nehmen Sie sich 60 Minuten Zeit.

Notieren Sie sich auf Seite 51 alle Ihre großen und kleinen, privaten und beruflichen, 'anständige' und 'unanständige' Wünsche

- ① Was Sie erreichen wollen.
- ② Was Sie erfahren wollen.
- ③ Was Sie haben wollen.
- ④ Was Sie sein wollen.
- ⑤ Schreiben Sie hinter jede Nennung die Monats- und Jahreszahl, bis wann Sie wünschen, daß der jeweilige Wunsch sich erfüllt habe.
- ⑥ Wählen Sie aus dem gesamten Wunschkatalog zehn aus und bewerten Sie diese von 1-10 (1= der wichtigste Wunsch).

① Ich will erreichen:

Lfd. Nr.	Mein Wunsch:	Der Wunsch sollte in Erfüllung gehen bis Monat/Jahr	Priorität des Wunsches für mich:

② Ich will erfahren, erleben:

Lfd. Nr.	Mein Wunsch:	Der Wunsch sollte in Erfüllung gehen bis Monat/Jahr	Priorität des Wunsches für mich:

③ Ich will haben, besitzen, erwerben, anschaffen, kaufen:

Lfd. Nr.	Mein Wunsch:	Der Wunsch sollte in Erfüllung gehen bis Monat/Jahr	Priorität des Wunsches für mich:

④ Ich will werden:

Lfd. Nr.	Mein Wunsch:	Der Wunsch sollte in Erfüllung gehen bis Monat/Jahr	Priorität des Wunsches für mich:

*Man muß sich einfache Ziele setzen,
dann kann man sich komplizierte Umwege erlauben.
Charles de Gaulle*

8. 4. Zwischenbilanz und Entscheidungen: Vereinbarungen von Zielen mit sich selbst.

Oft wird der Zustand 'Wohlbefinden' als Ziel angesehen. Wohlbefinden ist jedoch ein Gefühl, das sich einstellt, wenn es einem zum Wohlfühlen ist (oder man fühlt sich eben nicht 'wohl'). Ziele dagegen sind konkrete Ereignisse oder Punkte, die man erreichen will. Ein Beispiel: "Ich möchte dieses Jahr 2 Wochen Urlaub im Schwarzwald machen." = ein Ziel, denn Sie und jeder andere können am Jahresende feststellen, ob Sie 2 Wochen Urlaub im Schwarzwald gemacht haben. Dagegen ist "Ich möchte mich im Urlaub wohlfühlen." kein Ziel (wohl aber ein sehr verständlicher Wunsch), denn Sie und anderen haben kaum ausreichende Kriterien, an welchen feststellbar wäre, ob und wann Sie sich wohlfühlen und wann nicht.

Ziele bezeichnen eine Differenz zum IST. Die Differenz kann nur durch Handlungen (z.B. Urlaubsplanung) und Ereignisse (z.B. Hotelbuchung, Packen, Anreise) abgebaut werden, die nicht selten unbequem und anstrengend sind.

Sie wollen und sollen jedoch Ihre Ziele erreichen! Legen Sie die Ziele für dieses und das kommende Jahr hier fest!

Anleitung:

Nehmen Sie sich 30 Minuten Zeit.

- ① Benennen Sie die drei (nur drei!) wichtigsten Ziele, die Sie noch in diesem Jahr erreichen wollen.
Tragen Sie diese Ziele auf Seite 53 ein.
- ② Legen Sie die genauen Termine fest, bis zu welchen Sie die Ziele erreichen werden.
- ③ Prüfen Sie:
Wollen Sie diese Ziele wirklich erreichen?
Wollen Sie diese Ziele wirklich zu den genannten Terminen erreichen?
Wollen Sie sich energisch für die Zielerreichung einsetzen?
⇒Bei NEIN: nochmals mit ① beginnen.
- ④ Legen Sie die (Erfolgs-)kriterien fest, an welchen Sie erkennen werden, daß Sie jedes der Ziele erreicht haben. Achten Sie darauf, daß die Kriterien leicht überprüfbar sind.
(z.B. Fotoabend machen, an welchem Sie Ihre Urlaubsbilder vom Schwarzwald zeigen)
- ⑤ Vereinbaren Sie die Ziele mit sich selbst. Unterschreiben Sie mit Datum.
- ⑥ Vereinbaren Sie die Ziele für das kommende Jahr mit den Schritten ① bis ⑤, verwenden Sie dazu die Seite 54.

*Auch der längste Weg
beginnt mit dem ersten Schritt.*

Vereinbarungen von Zielen mit mir selbst

für das Jahr:

Ich vereinbare mit mir die folgenden Ziele:

Lfd. Nr.	Ziel	erreicht bis zum:
1		
2		
3		

④ Daß ich das Ziel Nr. 1 erreicht habe, werde ich wie folgt erkennen:

Daß ich das Ziel Nr. 2 erreicht habe, werde ich wie folgt erkennen:

Daß ich das Ziel Nr. 3 erreicht habe, werde ich wie folgt erkennen:

Datum, Unterschrift

Niemand hat ihm gesagt,
daß es unmöglich ist:
also hat er es getan!
J. Costeau

Vereinbarungen von Zielen mit mir selbst

für das Jahr:

Ich vereinbare mit mir die folgenden Ziele:

Lfd. Nr.	Ziel	erreicht bis zum:
1		
2		
3		

④ Daß ich das Ziel Nr. 1 erreicht habe, werde ich wie folgt erkennen:

Daß ich das Ziel Nr. 2 erreicht habe, werde ich wie folgt erkennen:

Daß ich das Ziel Nr. 3 erreicht habe, werde ich wie folgt erkennen:

Datum, Unterschrift

*Erfolg
ist die konsequente Verfolgung
eines erstrebenswerten Zieles*

9. Maßnahmenplan

Planung ist Probehandeln. Durch die Planung wird in Gedanken durchgespielt, wie die Ziele schrittweise erreicht werden. Dabei werden alle Maßnahmen festgehalten, die zu erledigen sind. Die Maßnahmen werden dann zeitlich und logisch geordnet und in den 'Terminplan' oder Terminkalender eingetragen. Nach einer gut durchdachten Planung müßte eigentlich alles in Ordnung gehen.

Anleitung:

Nehmen Sie sich mindestens 60 Minuten Zeit.

- ① Nehmen Sie nun das Ziel Nr. 1 (von Seite 53) vor, das erste Ziel für dieses Jahr.
- ② Planen Sie 'rückwärts':
Stellen Sie sich solange und immer wieder die Frage:
"Was ist zu tun, damit das Ziel auch so erreicht wird, wie es den Zielkriterien entspricht?"

Formulieren Sie alle Bedingungen und Voraussetzungen, die Ihnen jetzt einfallen, in Handlungen, in Maßnahmen um, und legen Sie fest, wer sie bis wann erfüllt.

Tragen Sie alle Maßnahmen -konkret und detailliert- sofort in die Maßnahmenlisten ein:

Seite 56: Was Sie selbst tun

Seite 57: Welche Aufträge Sie an andere geben

Seite 58: Welche Gespräche Sie mit wem worüber führen

Seite 59: Welche Informationen Sie sich beschaffen

Seite 60: Welche Bildungsmaßnahmen Sie ergreifen

Seite 61: Wen Sie worüber informieren

Seite 62: Wen Sie wofür um Unterstützung bitten

Seite 63: Was Sie beenden, aufhören, nicht mehr tun werden.

- ③ Wiederholen Sie den Schritt ② für alle weiteren Ziele des laufenden und des kommenden Jahres.
- ④ Übertragen Sie alle Termine in Ihren Terminkalender.
Oder erstellen Sie eine Liste mit allen Maßnahmen in zeitlicher Reihenfolge.
- ⑤ "Haken Sie ab", was Sie erledigt haben!

Weiterführende Literatur:

Anthony Robbins:
Grenzenlose Energie
Das Power-Prinzip
Bonn, Rentrop, 1993
ISBN: 3-8125-0142-2

Rudolf Mann:
Praxis strategisches Controlling
Einführung und Anwendung eines Frühwarn- und Steuerungssystems
MI, München, 1979
ISBN: 3-478-33932-7

K.F. Jackson:
Die Kunst der Problemlösung
München: MVG, 1980
ISBN: 3-478-02560-5

Robert Sell:
Angewandtes Problemlösungsverhalten
Denken und Handeln in komplexen Zusammenhängen
Springer-Verlag Berlin, Heidelberg, New York, 1989
ISBN: 3-540-51014-1

Kerstin Friedrich, Lothar J. Seiwert:
Das 1x1 der Erfolgsstrategie
Der sichere Weg zu konkurrenzlosen Spitzenleistungen
Speyer: GABAL 1992
ISBN: 3-923984-40-5

Mogens Kirckhoff:
"Mind Mapping"
Die Synthese von sprachlichem und bildhaftem Denken
Synchron Verlag, Berlin 62, Roßbachstr. 1
ISBN: 3-88911-023-1

Marilyn Vos Savant:
Brain Building: das 12-Wochen-Trainingsprogramm für Gedächtnis, Logik, Kreativität
Falken 1992
ISBN: 3-8068-4704-5

Wolfgang Mewes
EKS (Engpaß-Konzentrierte Strategie)
Frankfurter Zeitung GmbH
Informationsdienste

Die Hirt-Methode
Zürich