
*Ressourcenbasierte Analyse
zur Einschätzung der aktuellen beruflichen Situation
und des beruflichen Entwicklungspotentials:*

1. berufsspezifische Fragen:

Welchen Beruf üben Sie aus?

Wie lange üben Sie Ihren jetzigen Beruf an Ihrem jetzigen Arbeitsplatz inzwischen aus?

Welche konkreten Aufgaben/Tätigkeiten sind für Ihre Berufstätigkeit charakteristisch?

Wieviel Lebenszeit verbringen Sie mit Ihrer Berufstätigkeit?

Welchen Stellenwert hat Ihre Berufstätigkeit in Ihrem Leben?

Welche Ihrer beruflichen Aufgaben erfüllen Sie gern?

Welche fallen Ihnen leicht?

Welche bedeuten Ihnen mehr als andere Aufgaben/Tätigkeiten?

Welche Ihrer beruflichen Aufgaben erfüllen Sie weniger gern?

Welche fallen Ihnen nicht so leicht oder schwer?

Welche Ihrer beruflichen Aufgaben/Tätigkeiten halten Sie für unwichtig, überflüssig, für Zeit- und Nervenfresser?

Welche Ihrer beruflichen Kompetenzen können Sie gar nicht einsetzen?

Welche Ressourcen vermuten Sie bei sich, die Sie an Ihrem derzeitigen Arbeitsplatz nicht entwickeln können, weil sie nicht gefragt sind?

Welchen Anteil Ihrer Arbeitszeit (prozentual geschätzt) verbringen Sie mit Aufgaben,

a) die Sie gern erfüllen

b) die Ihnen leichtfallen

c) die Sie für bedeutsam halten

d) die Sie nicht so gern erfüllen

e) die Ihnen nicht so leicht oder schwerfallen

f) die Sie für unwichtig, für Zeit- und Energiefresser halten?

2. arbeitsfeld- und organisationsspezifische Aussagen:

- Charakterisieren Sie in je einem aussagekräftigen Satz, wie Sie Ihre alltägliche berufliche *Zeitgestaltung qualitativ* erleben:
 - a) wenn Sie allein arbeiten.
 - b) wenn Sie mit KollegInnen arbeiten.
 - c) wenn Sie mit Vorgesetzten arbeiten.
 - d) wenn Sie mit Kunden/Klienten arbeiten.
- Charakterisieren Sie in einer kurzen Beschreibung die Umfeldgestaltung Ihres Arbeitsplatzes (einschließlich Räume, Gegenstände, Menschen, Geräusche, Licht etc)
- Charakterisieren Sie in einer kurzen Beschreibung die Ablaufgestaltung (Handlungsplanung), die Ihren Berufsalltag prägt.
- Welche produktivitätssteigernden Einflüsse erleben Sie an Ihrem Arbeitsplatz:
 - Verantwortung?
 - Entscheidungsspielraum?
 - Handlungsspielraum?
 - Aufgabenvielfalt?
 - Kooperierende Arbeiten?
 - Optimal hohe Beanspruchung?
- Wie wirkt sich Ihre alltägliche Arbeit auf Ihre Gefühlsregulation aus? (emotionale Selbststimulation: Zufriedenheit, Arbeitslust, Interesse)
- Wie wirkt sich Ihre alltägliche Arbeit auf Ihre Urteilsregulation aus? (intrinsische Selbststimulation: Beobachtung der Qualität der Arbeit, Ansporn, Kritik)
- Wie wirkt sich Ihre alltägliche Arbeit auf Ihre Zielsetzung und Prioritätenensetzung aus?
- Von wem und wie wird Ihre alltägliche Arbeit anerkannt (Belohnungsregulation)?

3. persönliche Fragen

Selbsteinschätzung Ihrer Führungskompetenzen:

- Tendieren Sie dazu, Eigenverantwortung zu übernehmen oder haben Sie es lieber, dass man Ihnen klare Aufträge erteilt?
- Halten Sie sich für einen eher selbständigen Menschen (mit stärker ausgeprägten Merkmalen wie: Handlungskompetenz, Durchsetzungsvermögen, Fachkompetenz, Methodenkompetenz)?
- Halten Sie sich für einen eher selbständig-kooperativen Menschen (mit stärker ausgeprägten Merkmalen Sozial-, Fach-, Methodenkompetenz und Flexibilität)?
- Halten Sie sich für einen eher abhängig-kooperativen Menschen (mit stärker ausgeprägten Merkmalen der Sozialkompetenz und Flexibilität, ohne große Überzeugung in Ihre Fach- und Methodenkompetenz)?
- Halten Sie sich für einen eher abhängig selbständigen Menschen (mit stärker ausgeprägten Merkmalen der Handlungskompetenz, Fach- und Methodenkompetenz, ohne große Überzeugung in Ihr Durchsetzungsvermögen, Ihre Sozialkompetenz und Ihre Flexibilität)?

Einschätzung von Führungs-Macht:

- Wie schätzen Sie Qualität und Bedeutung von Status(=Amts)-Macht im Verhältnis zu fachlicher und persönlicher Macht ein?
- Welche Macht üben Sie zur Zeit aus?
- Wenn Sie zu wählen hätten, welche Form von Macht würden Sie dann in Zukunft gern ausüben?
- Entspricht Ihre aktuelle Berufstätigkeit Ihrer fachlichen/persönlichen Qualifizierung?
- Erleben Sie in Ihrer Berufstätigkeit eine hohe Selbsteffizienz (=fachliche Effizienz und subjektiven Erfolg)?
- Üben Sie Ihren Beruf mit (von Ihnen/ von anderen) konkret formulierten hohen Wachstumszielen aus?
- Wird Ihre Arbeit unangemessen gering, angemessen oder sehr gut bezahlt?

Selbstkonzept:

- Wie zufrieden sind Sie mit sich selbst und Ihrem Leben?

- Welchen Stellenwert nimmt in Ihrem Leben Ihre Berufstätigkeit ein?

- Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer derzeitigen Berufstätigkeit?

- Wenn es zu Kollisionen zwischen Berufs- und anderen Bereichen Ihrer Lebenswelt kommt: welchen Bereich würden Sie welchem unterordnen?

- Was wollen Sie beruflich in Ihrem Leben noch erreichen, um auf lange Sicht zufrieden sein/ zufrieden sterben zu können?

- Welche Ihrer persönlichen Seiten werden in Ihrem Beruf besonders gefordert, gefördert, herausgefordert?

- Welche Ihrer persönlichen Seiten führen in Ihrer derzeitigen Berufstätigkeit eher ein Schattendasein und werden dort nicht gesehen?

- Entspricht Ihre derzeitige Berufstätigkeit im wesentlichen Ihrem Selbstkonzept - und wenn nicht: welche Diskrepanzen können Sie erkennen?

- Wer in Ihrem beruflichen und privaten Lebensumfeld nimmt Anteil an Ihrer beruflichen Entwicklung?

- Auf welche Weise wird Anteil genommen? (Förderer, UnterstützerInnen, Gönner, Antreiber, Zuschauer, Kommentatorinnen, Bremser, Pessimisten ...)

4. Einschätzung Ihrer aktuellen beruflichen Situation

Werten Sie nun bitte Ihre Antworten aller vorausgehenden Fragen anhand folgender Kriterien aus:

was ich beibehalten möchte:

was ich verändern möchte:

5. Berufs- und Karriereziele

- Was wollen Sie persönlich und fachlich in Ihrem Berufsleben noch erreichen?

- Wie beschreiben Sie Ihre Entwicklungswünsche und -möglichkeiten?
Kurzfristig?

Mittel- bis langfristig?

- Tendieren Sie dazu, auf Bestehendem aufzubauen?
▪ Dann prüfen Sie bitte potentielle Entwicklungsperspektiven am aktuellen Arbeitsplatz und innerhalb Ihrer Organisation: Welche sehen Sie?

- Tendieren Sie dazu, ganz woanders etwas ganz anderes neu zu beginnen?
▪ Welche Möglichkeiten halten Sie in welchen anderen Arbeitsfeldern/Organisationen für realisierbar?

- Welche Informationen, Kontakte, Qualifikationen haben Sie bereits, die Sie nutzbringend einsetzen können?

- Was fehlt Ihnen noch (Informationen, Kontakte, Qualifikationen), um aktiv werden zu können?

- Wie hoch schätzen Sie Belastungen (Zeit- und Kraftaufwand, Informations- und Kontaktsuche, Qualifikationserwerb etc.) im Verhältnis zum angestrebten Ziel ein?

- Welche “Steine” könnten andere (wer?) oder Sie sich selbst bis zur Zielerreichung in den Weg legen?

- Wie hoch schätzen Sie Ihre Motivation ein, zu erwartende Schwierigkeiten, Hürden und Anstrengungen zu bewältigen, um Ihr beschriebenes und erstrebtes Ziel zu erreichen?

- Welche anderen Ziele in anderen Lebensbereichen (Familie, Hobbies, Freunde etc.) könnten Sie davon abhalten oder abbringen, weiterhin Ihr berufliches Traumziel zu verfolgen?

- Welche Kompetenzen können Sie aktivieren, um solche Konflikte (Prioritäten in konkurrierenden Lebensbereichen) in Ihrem Sinne konstruktiv zu bewältigen?

6. Wie gehe ich damit um, daß ich diese Ziele (noch) nicht erreicht habe bzw. vielleicht letztlich nicht erreichen werde?

In dieser Frage steckt schon die Einsicht, dass es keine Garantie dafür gibt, gesetzte Ziele auch zu erreichen. Erfahrungsgemäß kommt eine solche Einsicht nicht plötzlich, sondern sie bahnt sich im Laufe der Zeit an, während Sie Ihre Situation aufmerksam beobachten. D.h.: Wer Pläne und Veränderungen ins Auge faßt, setzt sich auch einer Spannung aus, die aus der Differenz zwischen Ist und Soll resultiert. Diese Spannung kann man auch konstruktiv als kreative Spannung bezeichnen, die Ihnen als Motor hilfreich werden kann.

Beobachtungsfragen zur Selbsteinschätzung:

- Wie haben Sie "kreative Spannung" bisher erlebt? Spannung fördert im Idealfall die Bereitschaft, die Zukunfts-Vision im Blickfeld zu halten und sich längerfristig tatkräftig dafür einzusetzen.
- Erleben Sie kreative Spannung in diesem Seminar?
- Wenn ja, wie erleben Sie Ihre kreative Spannung jetzt?
- Wie beobachten Sie kreative Spannung bei den anderen Teilnehmerinnen?
- Welche Ihrer Kompetenzen sehen Sie in diesem Seminar bisher deutlich bestätigt?
- Welche Ressourcen (noch nicht mobilisierte Kräfte) können Sie noch mobilisieren?
- Wie hoch/gering schätzen Sie Ihre Frustrationstoleranz ein?
- Wovon ist die Ausprägung Ihrer Frustrationstoleranz abhängig?
- Wie stark/schwach schätzen Sie Ihre Stabilität ein?
- Wovon ist die Ausprägung Ihrer Stabilität abhängig?
- Wie stark/schwach schätzen Sie Ihre Flexibilität ein?
- Wovon ist die Ausprägung Ihrer Flexibilität abhängig?
- Vergleichen Sie eher pragmatisch den Nutzen Ihres angestrebten Ziels mit den zu erwartenden Kosten: "Ist es den Einsatz wert"?
- Denken Sie eher idealistisch und halten Sie Ihr angestrebtes Ziel für so wertvoll, dass es auch einer aktuell nicht einschätzbaren Anstrengung würdig ist?
- Welche Strategien, die Sie handlungsfähig halten, kennen Sie von sich?
beharrlich am Ziel dranbleiben, dazu evtl. auch andere Wege ausloten, eine andere Taktik versuchen/ lieber die Träume verabschieden und sich an Bewährtes halten/ sich aufgrund der Schwierigkeiten des Weges andere Ziele suchen, die leichter erreichbar sind/ aus Überzeugung früher gesetzte Ziele zugunsten neuer Ziele verwerfen, wenn sich solche im Verlauf des Entwicklungsweges auftun
- Und nun? Welchen nächsten Schritt werden Sie nun tun - und wie werden Sie ihn in die Tat umsetzen?