

Das Workbook

für 0€



Finden Sie Ihren **TRAUMJOB**

Der Weg zu einem erfüllten und zufriedenen Berufsleben!

Finden Sie Ihren Traumjob!

Workbook von Claudia Wingenroth
Wingenroth – Erfolg im Beruf
Breslauer Str. 3
73760 Ostfildern

Dieses Workbook soll Sie unterstützen, Ihren Traumberuf zu finden. Entdecken Sie, was für ein Mensch Sie sind, was Sie ausmacht, welche Kompetenzen, Fähigkeiten, Werte und Bedürfnisse Sie prägen. Kommen Sie dadurch mehr und mehr Ihrem Traumjob auf die Spur! Je mehr Stärken Sie beruflich einsetzen können und je mehr Ihrer Bedürfnisse im Arbeitsleben erfüllt sind und Sie sich im richtigen Umfeld befinden, desto erfolgreicher werden Sie agieren!

Was genau „Erfolg“ dabei für Sie bedeutet, definieren Sie selbst! In den Jahren seit 2013, in denen ich als Karriereberaterin und Coach für berufliche Neuorientierung arbeite, bin ich so vielen unterschiedlichen Menschen und damit verschiedensten Erfolgsdefinitionen begegnet, dass es hier keine Übereinstimmung gibt. Erfolg hat nicht immer mit „höher, schneller, weiter“ zu tun. Es kann auch sein, dass jemand nur sein Privat- und Berufsleben unter einen Hut bringen möchte. Das kann v.a. für „working mums“, also die arbeitenden Mütter, schon ein Erfolg sein. Allerdings sollte natürlich die Arbeit inhaltlich interessant sein, Abwechslung bieten und Spaß machen. Hier kommt nun wieder das Workbook ins Spiel. Wann genau ist eine Arbeit für Sie interessant? Welche Art von Herausforderung benötigen genau Sie? Wann macht Ihnen eine Arbeit Spaß? Genau solche Themen werde ich in diesem Workbook behandeln, so dass Sie Ihrem Traumberuf, aber auch Ihrem persönlichen Bewerberprofil auf die Spur kommen. Finden Sie im ersten Schritt Antworten auf die spannende Frage „Wer bin ich?“. Anschließend lassen Sie uns Ihr Bewerberprofil als Ausgangspunkt für Ihre berufliche Neuausrichtung definieren.

Inhaltsverzeichnis

Finde Deinen Traumjob!	1
1. Einführung	3

2. Entwickeln Sie Ihr Bewerberprofil	4
2.1 <i>Wer bin ich?</i>	4
2.1.1 Talente	6
2.1.2 Werte.....	8
2.1.3 Interessen	10

1. Einführung

Bei der Fülle an Möglichkeiten in der heutigen Berufswelt ist es nicht einfach, sich für einen Beruf zu entscheiden. In den westlichen Industrieländern, wozu auch Deutschland zählt, stehen den Absolventen fast alle Türen offen. Von einer Ausbildung, über ein Studium, ein duales Studium oder ein Auslandsjahr können Sie alles wählen. Und der Trend ist da, wenn man den Einstieg gefunden hat und einige Jahre Berufserfahrung sammeln konnte, dass viele dann nochmals eine andere Richtung einschlagen. Entweder, dass sie eine zweite Ausbildung beginnen oder nach der Erstausbildung ein Studium anhängen, um bessere Aufstiegschancen zu haben.

Durch meinen Beruf als Karriereberaterin und -Coach bin ich in den letzten Jahren vielen interessanten Menschen mit mindestens ebenso spannenden Lebensläufen begegnet. Ich habe Einblicke bekommen in verschiedenste Lebensentwürfe mit und ohne Kinder, mit Auslandsaufenthalt oder ohne, und oft mit beruflichen Veränderungswünschen. Da war z.B. die hochqualifizierte Mutter zweier Kinder, zuvor Führungskraft in einem namhaften DAX-Konzern, die dafür den Preis gezahlt, zu ihrem Arbeitsplatz ca. 800 km per Flugzeug zu jetten. Es ist nachvollziehbar, dass sich dieses Modell nicht über Jahre aufrechterhalten lässt. Sie hat inzwischen die Branche gewechselt und in ihrer Heimatstadt einen spannenden neuen Job gefunden. Dieser lässt sich jetzt auch gut mit ihrem Familienleben vereinbaren. Oder da ist der junge, verheiratete Unternehmensberater, der keine Lust mehr darauf hat, im Ausland, getrennt von seiner Frau, zu leben und jedes Wochenende zu arbeiten. Ihm war es wichtig, einen anspruchsvollen neuen Job in einem renommierten Unternehmen, möglichst in leitender Position zu finden und eine Work-Life-Balance zu haben. Auch ihn habe ich begleitet und er hat genau dies für sich gefunden. Jetzt ist er jeden Abend bei seiner Frau und freut sich an der gewonnenen, gemeinsamen Lebenszeit.

Der notwendige Schritt, um bei einer neuen Tätigkeit bzw. seinem Traumberuf anzukommen, ist, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen. Das ist mit etwas persönlichem und zeitlichem Aufwand verbunden. Diese Zeitinvestition lohnt sich aber auf jeden Fall, da es einen reichen Ertrag in Form eines Traumberufes bietet. Dazu gehört, tief in sich hineinzuhorchen und alle Bedürfnisse, Werte, Interessen und Erfahrungen wahrzunehmen, die Sie bereits gesammelt oder Sie geprägt haben. **Nur nach dieser Standortbestimmung oder Definition des Istzustandes, ist es möglich, sich erfolgreich neu auszurichten und eine neue berufliche Herausforderung anzupacken.**

Gerne führe ich Sie auf den nächsten Seiten dieses E-Books durch die ersten Schritte zur Bestimmung Ihres Bewerberprofils. Wenn Sie daran interessiert sind, auch die anderen Schritte mit mir zu gehen, melden Sie sich gerne!

2. Entwickeln Sie Ihr Bewerberprofil

Die meisten Menschen, die bei der Suche nach ihrem Traumjob scheitern, scheitern nicht an fehlenden Informationen über den Arbeitsmarkt. Sie scheitern an fehlenden Informationen bzw. mangelnder Reflektion über sich selbst. Damit **Sie** nicht daran scheitern, wollen wir die folgenden drei Fragen klären: **Wer bin ich? Was kann ich? Was will ich?** Das ist das Geheimnis, um seinen Traumjob zu finden: **Zunächst sollen Sie sich selbst finden!**

Die Entwicklung Ihres Bewerberprofils setzt sich zusammen aus der Beantwortung der oben genannten Hauptfragen, die sich jeweils noch in Teilgebiete aufspalten. Es ist unbedingt erforderlich, dass Sie sich mit diesen Fragen intensiv und ehrlich auseinandersetzen.

Bitte beachten Sie auch, dass sich die Antworten auf diese Fragen im Laufe Ihres Lebens ändern. Das hat damit zu tun, dass Sie sich und Ihre Werte, Interessen, Bedürfnisse und Erfahrungen auch ändern, je älter Sie werden und wie sich auch Ihre persönliche Situation verändert.

2.1 Wer bin ich?

Eine der spannendsten Fragen in Ihrem Leben ist die Frage „Wer bin ich?“. Um eine gute Antwort darauf geben zu können, setzen Sie sich nun zunächst mit Ihren bereits gemachten Erfahrungen aus Schule, Ausbildung und/oder Studium auseinander. Darüber hinaus können Sie Ihre Berufserfahrung heranziehen, wenn Sie sich in einer späteren Lebensphase neu orientieren möchten.

Jeder Mensch merkt, wenn er eine Tätigkeit gerne tut. Der eine hat viel Freude daran, knifflige Aufgaben zu lösen und gibt keine Ruhe, bevor die Lösung gefunden ist. Ein anderer hat viel Freude daran, kreativ ein Bild zu zeichnen und kann sich darin vertiefen und Zeit und Raum vergessen. Jeder hat so Aufgaben, bei denen er viel Freude empfindet und am liebsten jeden Tag machen möchte. Diese Tätigkeiten geben einen Hinweis auf unsere Talente, also Eigenschaften, die uns liegen, die wir gerne machen und meist auch sehr gut machen. Sie gehen uns sehr leicht von der Hand. Jetzt geht es darum, diese Lieblingstätigkeiten herauszufiltern und zu erkennen, in welche Richtung die Berufswahl gehen kann. Bei manchen Klienten findet sich hier ein „roter Faden“, wenn sie alle Lieblingstätigkeiten aufgeschrieben und miteinander verglichen haben.

Beispielsweise könnte jemand erkennen, der sich in der Schule immer gerne für Projekttag engagiert hat oder im Klassenverbund z.B. Geschenke für Lehrer organisierte, dass ein Talent seine Organisationsfähigkeit ist. Ihm fällt es leicht zu planen, zu organisieren, Mitschüler zu motivieren und dabei den Überblick über den Gesamttablauf zu behalten. Hier zeigt sich ein Talent für das Organisieren und beruflich könnte derjenige als Projektmanager dies so weiterführen.

Ein anderes Beispiel wäre, wenn eine Schülerin sich für den Umweltschutz interessiert und hier schon eine Präsentation vor der Klasse gehalten hat. Sie hat schon viel im Internet dazu

gelesen, engagiert sich im Naturschutzbund und geht auch immer auf die Fridays-for-Future-Demonstrationen. Hier zeigt sich der „Umweltschutz“ als ihr Lieblingsthema bzw. roter Faden. Hilfreich wäre es dann, zu recherchieren, welche Tätigkeit für den Umweltschutz die richtige ist. Ist es eher eine, wo man jeden Tag rausgeht in die Natur und prüft, ob gewisse Naturschutzrichtlinien und Maßnahmen auf Feld, Wald und Wiese eingehalten werden. Oder soll es eher eine administrative Tätigkeit bei einer Partei oder einem Umweltverband sein, die sich neue Gesetze ausdenken, um den Umweltschutz noch mehr voranzutreiben.

Folgende Übung ist zum Aufspüren von Lieblingstätigkeiten oder Themen hilfreich. Sie greifen dafür auf Ihre bisher gesammelten Erfahrungen zurück und sollten so ehrlich wie möglich antworten.

Übung: Was mache ich gerne?

- Sie benötigen: 10 Notizzettel und einen Stift
- Schreiben Sie auf 5 Notizzettel: „In der Arbeit (oder Schule, wenn Sie Berufseinsteiger sind) mache ich **nicht gerne**,, weil.....“
- Schreiben Sie auf die anderen 5 Notizzettel: „In der Arbeit (oder Schule, wenn Sie Berufseinsteiger sind) mache ich **gerne**,, weil.....“
- Gehen Sie anschließend die 10 ausgefüllten Notizzettel durch. Ordnen Sie diese nach Ihrer persönlichen Beliebtheit! Erkennen Sie, welche Tätigkeiten Ihnen liegen und was Ihnen keinen Spaß macht.
- Nehmen Sie nun die 5 Notizzettel mit Ihren Lieblingstätigkeiten/-themen. Schauen Sie nach gemeinsamen Begriffen, Themen, Tätigkeiten, für die Ihr Herz brennt. Können Sie schon einen roten Faden entdecken?

Manche entdecken, dass sie gerne mit den Händen neue Dinge erschaffen und das insbesondere mit Holz. Hier könnten Sie einmal recherchieren, welche Berufe es in diesem Bereich gibt. Andere haben viel Spaß am Programmieren und verbringen damit die meiste freie Zeit am Computer. Hier zeigt sich auch eine Lieblingsbeschäftigung. Andere haben viel Freude daran, mit Menschen Kontakt aufzunehmen und zu sprechen. Hier gilt es noch mehr zu klären, mit welcher Gruppe von Menschen man gerne arbeitet. Welche Tätigkeiten gibt es zu den unterschiedlichen Gruppen von Menschen? Dazu später mehr im Kapitel 2.1.3 Interessen!

Das Berufenet der Arbeitsagentur (www.berufenet.arbeitsagentur.de) hat eine große Berufe-Datenbank, in der Sie nach Kriterien für Berufsfelder, Branche, Tätigkeitsfelder oder konkreten Berufen suchen und sich weiter informieren können. Auf Seite 11 in diesem Workbook finden Sie eine zusammenfassende Tabelle, in die Sie Ihre gewonnenen Erkenntnisse zu Ihren Lieblingstätigkeiten eintragen können. Oft fällt es den Klienten leichter, zunächst all das aufzuschreiben, was sie nicht gerne machen.

Eine meiner Leserinnen dieses Workbooks hatte bei dieser Übung große AHA-Effekte, weil sie durch das Begründen der jeweiligen Aufgaben endlich verstanden hat, warum ihr der bisherige Beruf keinen Spaß gemacht hat. Auch hat sie für sich herausgefunden, welche Aufgaben sie gerne macht und welche sie davon viel mehr in Zukunft machen möchte.

2.1.1 Talente

Talente oder angeborene Fähigkeiten sind das, was übrigbleibt, wenn man Ihnen alle Ausbildungen und Abschlüsse aberkennen würden, die Sie bis heute gesammelt haben. Nach Horst G. Kaltenbach ist ein Talent eine angeborene Grundstärke. Wenn wir alles vergessen würden, was wir gelernt haben, bliebe uns unser Talent. Nach Lutz Jänke, Lehrstuhlinhaber für Neuropsychologie an der Uni Zürich, sind kognitive und motorische Fähigkeiten höchstens zu 50 % genetisch festgelegt. Die andere Hälfte wird durch Umwelteinflüsse, Erziehung und Training bestimmt.

Übung: Finden Sie Ihre Talente/Fähigkeiten!

Folgende Listen sollen Ihnen helfen, alle Ihre Talente bzw. Fähigkeiten zu finden.

- Kreuzen Sie alle Fähigkeiten an, die Sie zu besitzen meinen.
- Markieren Sie diejenigen, die Sie **gerne** einsetzen, mit einem zweiten Kreuz.
- Markieren Sie diejenigen, von denen Sie meinen, dass Sie sie **besonders gerne einsetzen und gut** beherrschen, mit einem dritten Kreuz.

Persönlichkeit

Sensibilität	
Zuhörfähigkeit	
Kontaktfähigkeit	
Aufgeschlossenheit	
Teamorientierung	
Kooperationsfähigkeit	
Anpassungsfähigkeit	
Kompromissbereitschaft	
Diplomatie	
Verhandlungsgeschick	
Integrationsvermögen	
Überzeugungspotenzial	
Begeisterungsfähigkeit	
Durchsetzungsfähigkeit	
Motivationsfähigkeit	
Sprachliches Ausdrucksvermögen	
Schriftliches Ausdrucksvermögen	
Rhetorische Fähigkeiten	
Teamfähigkeit	
Anpassungsbereitschaft	
Soziale Kompetenz	
Kommunikationsfähigkeit	

Selbstständiges Arbeiten

Zielstrebigkeit	
-----------------	--

Selbstbewusstsein	
Verantwortungsbewusstsein	
Kritikfähigkeit	
Selbstbeherrschung	
Zuverlässigkeit	
Toleranzfähigkeit	
Unerschrockenheit	
Bereitschaft zur Verantwortungsübernahme	

Entscheidungsverhalten

Risikobereitschaft	
Entscheidungsfähigkeit	
Sicherheitsdenken	
Delegationsbereitschaft	
Delegationsfähigkeit	
Belastbarkeit	
Stresstoleranz	
Lebensfreude	
Flexibilität	
Repräsentationsvermögen	

Leistungsmotivation

Arbeitsmotivation/-wille	
Tatkraft	
Führungsmotivation/-wille/-fähigkeit	
Eigeninitiative	
Autonomie	
Durchsetzungsvermögen	
Selbstvertrauen	
Ehrgeiz	
Zielstrebigkeit	
Durchhaltevermögen	
Frustrationstoleranz	
Erfolgsorientierung	
Tatkraft	
Vitalität	
Leistungsbereitschaft	
Idealismus	
Identifikationsbereitschaft mit Unternehmen	

Selbstkontrollfähigkeit/Aktivitätspotenzial

Autonomie	
Selbstständigkeit	
Verantwortungsbewusstsein	

Unabhängigkeit	
Zuverlässigkeit	
Selbstdisziplin	
Ausdauer	
Belastbarkeit	
Geduld	
Pflichtbewusstsein	
Loyalität	
Stresstoleranz	

Systematisches und zielorientiertes Denken und Handeln

Analytisches Denken	
Konzeptionelles Planen	
Planvolles Vorgehen	
Kombinatorisches Denken	
Effiziente Arbeitsorganisation	
Entscheidungsvermögen	

Wichtige globale Merkmale

Kosten/Nutzen-Bewusstsein	
Unternehmerisches Denken	
Systematische Arbeitsorganisation	
Zieldefinitionsfähigkeit	
Arbeitseffizienz	
Gesunder Materialismus	
Physische Fitness	
Gesundheitliches Wohlbefinden	
Psychische Konstitution	
Selbstkontrollfähigkeiten	

Die Fähigkeiten mit drei Kreuzchen sind diejenigen, auf die Sie sich konzentrieren sollten, wenn Sie nach einem entsprechenden Beruf suchen. Wieder können Sie auf Seite 13 in diesem Workbook Ihre größten Fähigkeiten, d.h. die mit den drei Kreuzen, eintragen. So ergibt sich Schritt für Schritt Ihr persönliches Bewerberprofil.

Sollten Sie unschlüssig oder unsicher sein, was Ihre Talente betrifft, holen Sie sich Unterstützung aus Ihrer Familie oder Ihren Freunden, die Sie gut kennen und damit auch einschätzen können. Das ist hilfreich und bietet auch einen Abgleich. Manches Mal haben die Klienten einige Talente übersehen und Familie und Freunde haben diese noch ergänzt.

2.1.2 Werte

Jeder Mensch lebt nach gewissen Werten. Wie viele Werte das sind, entscheidet der Einzelne selbst. Manche Werte werden auch durch die Religion vorgegeben wie im

Christentum die Botschaft in der Bibel: „Liebe Deinen Nächsten, wie Dich selbst!“ oder die Zehn Gebote.

Es gibt zeitlose Werte wie Respekt, Wertschätzung oder Hilfsbereitschaft, welche schon immer gegolten haben, wenn Menschen aufeinandergetroffen sind und auch in Zukunft wichtig bleiben. Wie jeder einzelne diese Werte zeigt oder lebt, ist individuell verschieden. Es gibt auch Werte wie Ruhm, Anerkennung oder materielle Sicherheit, nach denen man strebt. Diese können sich im Laufe des Lebens verändern, v.a. wenn man das eine oder andere dann erreicht hat. Jemand der bereits viel Ruhm in seinem Leben hatte, ist es irgendwann vielleicht wichtig, all sein Wissen und seine Erfahrungen an andere weiterzugeben. Nehmen Sie z.B. Oliver Kahn, den ehemaligen Nationaltorhüter im Fußball, der jetzt Chinesen im Fußballspiel unterrichtet.

Welche der folgenden Werte bestimmt Ihr Handeln und Ihre Entscheidungen? Lassen Sie sich durch die innere Frage „Was brauche ich in der Arbeit, um jeden Tag gerne dorthin zu gehen?“ leiten. Finden Sie in der folgenden Tabelle Ihre 3 Topwerte und kommen Sie damit Ihrer Persönlichkeit ein Stück mehr auf die Spur!

Ruhm	Herausforderung
Spaß	Unabhängigkeit
Geld	Harmonie
Anerkennung	Selbstbestimmung
Muße	Erfolg
Freiheit	Wertschätzung
Kollegialität	Abenteuer
Macht	Abwechslung
Sinn	Status
Freude	Sicherheit
Einfluss	Gerechtigkeit

Verantwortung	Zeitsouveränität
---------------	------------------

Haben Sie Ihre drei Topwerte gefunden? Schreiben Sie diese auf ein Blatt nebeneinander und überlegen Sie sich, an welchen Kriterien Sie erkennen können, dass diese Werte gelebt werden. Haben Sie z.B. Wertschätzung gewählt, dann finden Sie Beispiele, wie Sie Wertschätzung erfahren können: Ist es das Lob vom Chef? Ist es, dass man im Kollegengespräch sich wirklich zuhört und aufeinander eingeht, statt aneinander vorbeizureden?

Wertschätzung	Sicherheit	Zeitsouveränität
<ul style="list-style-type: none"> • Lob vom Chef für gute Arbeit • Zuhören und aufeinander eingehen 	<ul style="list-style-type: none"> • Regelmäßiges Einkommen • Zusätzliche Rentenversicherung 	<ul style="list-style-type: none"> • Gleitzeit • Homeoffice

Wenn Sie für Ihre drei Topwerte jeweils Kriterien gefunden haben, woran Sie es merken, dass diese Werte tatsächlich von Ihnen erlebt und erfahren werden, dann geht es weiter mit Ihren Interessen!

2.1.3 Interessen

Überlegen Sie, welchen Themen Sie Ihre Aufmerksamkeit schenken? Was interessiert Sie? Worüber lesen Sie Bücher, Zeitungen oder welche Sendungen sehen Sie an? Was waren Ihre Lieblingsfächer in der Schule?

Im Schwerpunkt sich mit Gegenständen oder Natur beschäftigen, wie z.B.	Im Schwerpunkt sich mit Menschen oder Tieren beschäftigen, wie z.B.	Dienstleistungen für Menschen erbringen, wie z.B.
Technik und Computer <ul style="list-style-type: none"> • Maschinen zerlegen oder zusammenbauen • Motoren entwickeln oder einbauen • Programmieren 	Babys <ul style="list-style-type: none"> • Versorgen • Wickeln • Betreuen 	Verkaufen <ul style="list-style-type: none"> • Lebensmittel • Autos • Häuser • Non-Food-Artikel
Wirtschaft <ul style="list-style-type: none"> • Gesamtwirtschaftliche Zusammenhänge erforschen • Rechnen • Plan- und Istzahlen in Tabellen analysieren • Geld anlegen • Wertpapiere kaufen und verkaufen 	Kleinkinder <ul style="list-style-type: none"> • Betreuen • Spielen • Malen • Singen • Ausflüge • maßregeln 	Beraten <ul style="list-style-type: none"> • Versicherungen • Bankprodukte • Komplexe Entscheidungen, Ziele, Probleme klären (Coaching) • Ernährung

Im Schwerpunkt sich mit Gegenständen oder Natur beschäftigen, wie z.B.	Im Schwerpunkt sich mit Menschen oder Tieren beschäftigen, wie z.B.	Dienstleistungen für Menschen erbringen, wie z.B.
		<ul style="list-style-type: none"> • Rechtliche Probleme
Kreatives Gestalten <ul style="list-style-type: none"> • Mode und Schuhe entwerfen • Schmuck gestalten • Parfüm kreieren • Bilder malen • Möbel aus Holz bauen • Produkte designen 	Kinder und Jugendliche <ul style="list-style-type: none"> • Unterrichten • In ihrer Entwicklung fördern • Klassenarbeiten entwerfen und korrigieren • Rund um die Uhr betreuen und erziehen 	Gastronomie und Hotellerie <ul style="list-style-type: none"> • Gäste begrüßen und bedienen • Wünsche aufnehmen und erfüllen • Höflichkeit, Zuverlässigkeit und Servicebereitschaft zeigen • Bereitschaft zu Schichtarbeit
Häuser und Einrichtungen planen und bauen <ul style="list-style-type: none"> • Pläne zeichnen • Kreative Gestaltungsideen umsetzen • Küchen planen • Straßen planen und bauen • Häuser planen und bauen • Inneneinrichtung planen und gestalten 	Erwachsene im Arbeitsleben <ul style="list-style-type: none"> • Führen • Leiten • Delegieren • Kontrollieren • Besprechen • Motivieren 	Flug -und Fahrdienste <ul style="list-style-type: none"> • Hohes technisches Verständnis • Bereitschaft zur Schichtarbeit • Uniformiertes Auftreten • Hohe Servicebereitschaft und Kundenfreundlichkeit • Gute Ortskenntnisse (Taxi)
Natur schützen und erhalten <ul style="list-style-type: none"> • Baumbestände kontrollieren • Tierbestand beobachten • Tiere versorgen • Roden oder aufforsten von Waldstücken • Umweltschutzgesetze erlassen und umsetzen 	Erwachsene im Krankenstand <ul style="list-style-type: none"> • Diagnostizieren • Behandeln und betreuen • Heilen • Therapieren • An Körper • an Geist 	Für die Schönheit <ul style="list-style-type: none"> • Waschen, schneiden, frisieren • Gesichts- und Körperpflege • Zahnpflege oder-reinigung

Im Schwerpunkt sich mit Gegenständen oder Natur beschäftigen, wie z.B.	Im Schwerpunkt sich mit Menschen oder Tieren beschäftigen, wie z.B.	Dienstleistungen für Menschen erbringen, wie z.B.
<ul style="list-style-type: none"> • 	<ul style="list-style-type: none"> • an Seele 	<ul style="list-style-type: none"> • Maniküre und Pediküre • Fußpflege • Enthaarungen
Gärten planen und gestalten <ul style="list-style-type: none"> • Grundstücksbegehungen • Pläne erstellen • Kreative Ideen einbringen • Wüste in eine Oase verwandeln • Gärten sinnvoll anlegen 	Erwachsene in sozialen Randgruppen (Alkoholiker, Ex-Häftlinge, Ex-Junkies) <ul style="list-style-type: none"> • Betreuen • Besuchen • Unterstützen • Begleiten • Integrieren 	Für die Gesundheit <ul style="list-style-type: none"> • Fitnesstraining • Massage • Physiotherapie • Logotherapie •
Fotografieren <ul style="list-style-type: none"> • Kameratypen kennen • Belichtungsregeln wissen • Ein Auge für das Objekt haben 	Senioren <ul style="list-style-type: none"> • Betreuen • Besuchen • Versorgen 	
Lebensmittel bearbeiten <ul style="list-style-type: none"> • Speisefolgen oder Menues entwerfen • Speisen zubereiten • Kochen • Gemüse schneiden • Obst schneiden 	Tiere im Zoo pflegen <ul style="list-style-type: none"> • Tiere füttern • Ställe und Gehege ausmisten 	
Mit den Händen gestalten <ul style="list-style-type: none"> • Maschinen aufbauen oder bedienen • Autos oder Fahrräder reparieren 	Tiere heilen <ul style="list-style-type: none"> • Krankheiten diagnostizieren • Tiere operieren • Tiere impfen 	

Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie wichtig es ist, wirklich zu überlegen, was Sie gerne machen. Ein Mensch kann viele Aufgaben übernehmen, aber wenn er sie nicht gerne ausführt, ist weder ihm noch dem Unternehmen, in dem er arbeitet, geholfen. Die Aufgaben sollten nicht nur mit dem Kopf, sondern auch mit dem Herzen gemacht werden. Erst dann bringen Sie Ihnen die Zufriedenheit und Erfüllung. Kürzlich hatte ich eine Klientin in der Beratung, die als Controllerin und Bilanzbuchhalterin sehr viele Excel-Tabellen pflegt und sorgfältig mit Zahlen jongliert. Sie macht diese Arbeit sehr gerne, aber das ist nur ein Teil von

ihrem Profil. Auf der anderen Seite ist sie auch ein neugieriger und kontaktfreudiger Mensch, der den ganzen Tag allein am PC „verkümmert“. Sie hat keine spannenden neuen Herausforderungen und keine interessanten Gespräche mit Kollegen z.B. über neue Projekte. Sie möchte sich daher jetzt neu orientieren und sucht nun eine Stelle, die noch mehr allen ihren Interessen und Fähigkeiten entspricht. Sie sehen, wie wichtig es ist, genau zu überlegen, welche Interessen Sie haben und in welcher Gewichtung Sie sich Ihre Aufgaben wünschen.

Um die Ergebnisse aus diesem Kapitel zusammenzufassen, finden Sie nachfolgend die Tabelle, in die Sie alles eintragen können.

Kriterien zur Bestimmung des Bewerberprofils	Ergebnisse zur Frage: „Wer bin ich?“
Was mache ich gerne?	
Talente/Fähigkeiten	
Werte	
Interessen	

3. Fazit

So das waren die ersten Schritte hin zu Ihrem Traumjob. Wenn das für Sie spannend und hilfreich war, freue ich mich über Ihre Nachricht. Mich interessiert es, welche Erkenntnisse Sie bis hierher gewinnen konnten. **Wenn Sie auch die anderen Schritte hin zum vollständigen Bewerberprofil mit mir zu gehen, um Klarheit über Ihren Traumjob zu gewinnen, melden Sie sich!**

Gerne können Sie mir Ihr auch Ihr Feedback nach der Durcharbeit dieses Workbooks unter Info@claudia-wingenroth.de senden!

Ihnen von Herzen alles Gute für Ihren weiteren (Berufs-)Weg!!!