

# WEG VON – HIN ZU

## Theoretischer Hintergrund

Das erste Beratungsmodul des GUIDE-Modells (GAP) sieht die Erfassung der Divergenz zwischen dem gegenwärtigen Zustand und einem erwünschten Zustand in der Zukunft vor. Eine gründliche Analyse des Anliegens der Kundin ist eine wichtige Grundlage für eine zielgerichtete und effektive Laufbahnberatung. Dabei werden Eigenschaften, bereits vorhandene Ziele und Einstellungen der Kundin erfasst. Auch das Erheben der aktuellen Situation, bisheriger Entwicklungen sowie des Kontextes und des Umfeldes ist relevant (Hirschi, 2011).

Inwiefern möchte sich die Kundin beruflich verändern, um eine unbefriedigende Situation zu verlassen (Vermeidungsziele)? Inwieweit bestehen bereits klare positive Veränderungsziele (Annäherungsziele), die den eigenen Interessen und Werten entsprechen? Grundsätzlich gilt, dass sich Annäherungsziele einfacher erreichen lassen und zu höherem Wohlbefinden führen als Vermeidungsziele (Blickhan, 2018).

Kommt der Beratungsauftrag von einer zuweisenden Stelle oder einer Person aus dem näheren Umfeld der Kundin (Eltern, Lehrperson usw.), geht es darum, die durch die Institution oder Bezugsperson wahrgenommene Divergenz sowie diejenige der zu beratenden Person sorgfältig zu erfassen und zu klären. Es kommt immer wieder vor, dass eine Person die Berufs- und Laufbahnberatung vorwiegend aufsucht, weil jemand anders oder eine Institution es will. Die Person selbst verfügt (noch) nicht über genügend Beweggründe, um sich auf den Berufswahl- oder Laufbahnwahlprozess einzulassen. Ist bereits Problembewusstsein bei der Kundin vorhanden, kann jedoch Ambivalenz bestehen, ein Hin- und Hergerissen sein, welche einer Veränderung im Wege steht. In solchen Fällen kann es in der Beratung vorerst darum gehen, dass die Kundin für sich persönlich eine Divergenz erkennt und somit eigene Wertvorstellungen wahrnimmt, die mit der Veränderung in Zusammenhang stehen (Hintergrundinformationen und Arbeitsmittel zur Motivierenden Gesprächsführung → Veränderungsmotivation, 2. Modul).

### Ziel des Arbeitsblattes

- Die Kundin reflektiert ihre aktuelle Situation und ihre Wunschsituation. Sie setzt sich mit ihren Beweggründen und ihrer Bereitschaft für eine berufliche Veränderung auseinander.
- Es wird ersichtlich, inwieweit die Kundin für sich selbst eine Divergenz erkennt.
- Durch eine umfassende Besprechung des Arbeitsblattes und gezieltes Nachfragen kann die Beratungsperson zudem Informationen zu bisherigen Entwicklungen, zu Kontext und Umfeld der Kundin gewinnen.

### Einsatz des Arbeitsblattes

Das Arbeitsblatt kann im Gespräch oder als Hausaufgabe erarbeitet werden. Bei der Besprechung des Arbeitsblattes unterstützt die Beratungsperson die Kundin soweit nötig bei der Reflexion ihrer Beweggründe für eine berufliche Veränderung (Annäherungsziele/Vermeidungsziele).

---

#### Quellen: Beratungskonzept BSL Oberwallis, 2018.

Blickhan, D. (2018). Positive Psychologie. Ein Handbuch für die Praxis. 2., überarbeitete Auflage. Junfermann Verlag: Paderborn.

Hirschi, A. (2011). Wirksames Karriere-Coaching: Ein Grundlagenmodell. In: Organisationsberatung, Supervision, Coaching, 3 (18), pp. 301-315.

Miller, W.R. & Rollnick, S. (2015). Motivierende Gesprächsführung. Motivational Interviewing: 3. Auflage des Standardwerks in Deutsch. Lambertus-Verlag: Freiburg im Breisgau.

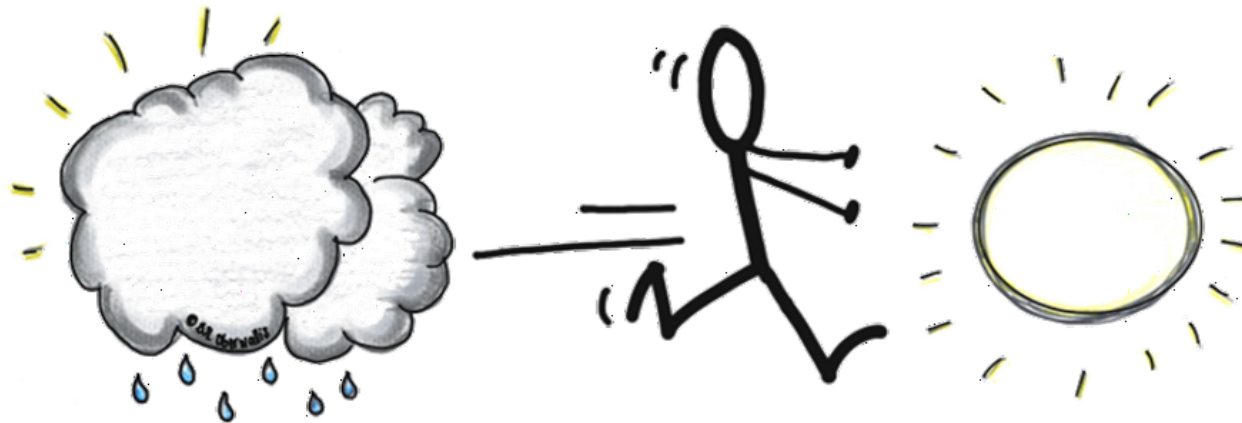
Naar-King, S. & Suarez, M. (Hrsg.) (2012). Motivierende Gesprächsführung mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Beltz Verlag: Weinheim, Basel.

Rochat, S. (2014). Motivierende Gesprächsführung in der Berufsberatung. In: Panorama, Ausgabe 05/2014.

Sampson, J.P., Jr., Peterson, G.W., Reardon, R.C. & Lenz, J.G. (2003). Practical Application of the CASVE Cycle of Career Problem Solving and Decision-Making. The Career Center, University Center, Suite A4100, Florida State University, Tallahassee, FL 32306-2490.

## WEG VON – HIN ZU

In der Übung auf der nächsten Seite mache ich mir Gedanken zu meiner aktuellen Situation, zu einer möglichen Veränderung sowie zu einem erwünschten Zustand in der Zukunft. Die Fragen sollen als Anregung dienen. Die Fragen zur Wunschsituation beantworte ich so konkret wie möglich.



© BSL Oberwallis 2020

**Quellen:** Beratungskonzept BSL Oberwallis, 2018

Blickhan, D. (2018). Positive Psychologie. Ein Handbuch für die Praxis. 2., überarbeitete Auflage. Junfermann Verlag: Paderborn.

Hirschi, A. (2011). Wirksames Karriere-Coaching: Ein Grundlagenmodell. In: Organisationsberatung, Supervision, Coaching, 3 (18), pp. 301-315.

Miller, W.R. & Rollnick, S. (2015). Motivierende Gesprächsführung. Motivational Interviewing: 3. Auflage des Standardwerks in Deutsch. Lambertus-Verlag: Freiburg im Breisgau.

Naar-King, S. & Suarez, M. (Hrsg.) (2012). Motivierende Gesprächsführung mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Beltz Verlag: Weinheim, Basel.

Rochat, S. (2014). Motivierende Gesprächsführung in der Berufsberatung. In: Panorama, Ausgabe 05/2014.

Sampson, J.P., Jr., Peterson, G.W., Reardon, R.C. & Lenz, J.G. (2003). Practical Application of the CASVE Cycle of Career Problem Solving and Decision-Making. The Career Center, University Center, Suite A4100, Florida State University, Tallahassee, FL 32306-2490.

<p style="text-align: center;"><b>AKTUELLE SITUATION</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Was denke und fühle ich bezüglich meiner Laufbahn?</li> <li>2. Wie fühle ich mich in der aktuellen Situation?</li> <li>3. Was ist das Gute an der aktuellen Situation?</li> <li>4. Was bietet mir die aktuelle Situation für die Zukunft?</li> <li>5. Womit bin ich unzufrieden?</li> <li>6. Was fehlt mir?</li> <li>7. Woran erkenne ich, dass eine Veränderung nötig ist (an mir selbst, Signale aus meinem Umfeld)?</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>VERÄNDERUNGEN</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inwieweit bin ich bereit, mich selbst zu verändern?</li> <li>2. Inwiefern traue ich mir eine Veränderung zu?</li> <li>3. Wie steht mein Umfeld zu meinen Veränderungswünschen?</li> <li>4. Bis wann wünsche ich mir eine Veränderung?</li> <li>5. Was könnte mich an einer Veränderung hindern?</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>WUNSCHSITUATION</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wie fühle ich mich?</li> <li>2. Wie wird es sein?</li> <li>3. Was ist anders als vorher?</li> <li>4. Woran erkenne ich, dass die Veränderung gelungen ist?</li> <li>5. Was wird mir Freude und Spass machen?</li> <li>6. Welche neuen Probleme könnten auftreten?</li> </ol>