

Einladung zum Lesen & Arbeiten

Dieses Buch ist für Sie geschrieben,

- wenn Sie nach einer Berufsperspektive suchen, die Ihren Kompetenzen entspricht und zu Ihrer Persönlichkeit und Ihrem Lebensplan passt;
- wenn Sie sich ein selbstbestimmtes Leben und Arbeiten als FreiberuflerIn im Bereich wissensintensive und kulturelle Dienstleistungen aufbauen wollen;
- wenn Sie eine akademische Ausbildung absolviert, ein paar Jahre im Wissenschaftsbetrieb gearbeitet haben und nun nach neuen Perspektiven suchen;
- wenn Sie Leben und Arbeiten nicht länger als zwei getrennte Sphären erleben, sondern integrativ verbinden wollen;
- wenn Sie nach mehrjähriger Berufspraxis Bilanz ziehen und eine Neuorientierung anpeilen;
- wenn Sie sich wünschen, mit Leidenschaft an die Arbeit zu gehen und davon leben zu können;
- wenn Lebens- und Familienplanung, ein Umzug oder eine Krankheit eine berufliche Umorientierung oder eine Neuorientierung notwendig machen;
- wenn Sie die Einheit von Person & Profession ganz individuell für sich entwickeln wollen – als FreiberuflerIn, in einer anspruchsvollen Anstellung oder in einer Mischung von beidem.

Dieses Buch soll Sie ermutigen, Leben und Arbeiten selbstbestimmt zu entwickeln und zu gestalten – aber Sie sollen auch die Risiken und Nebenwirkungen kennen, um eine tragfähige Entscheidung treffen zu können. Deshalb ist dieses Buch eine Mischung aus Informationen, Erfahrungswissen und Praxisteilen.

Der rote Faden, der sich durch dieses Buch zieht, ist Berufsprofilierung als Methode, mit der Sie Person und Profession zu einer individuell sinnvollen Einheit für sich entwickeln. Wie Sie das im Einzelnen tun, finden Sie schwerpunktmäßig in den Kapiteln 5 (*Ihre Lernbiografie schreiben und mit ihr arbeiten*) und 7 (*Das „ganze Leben“*).

Der zweite rote Faden bietet Ihnen Hintergrundwissen auf der Basis von Theorie wie in den Kapiteln 2 und 3 (*AkademikerInnen auf dem Arbeitsmarkt: Chancen und Risiken; Wissensintensive und kulturelle Dienstleistungen: Chancen und Risiken*) und von theoretisch und historisch fundiertem Erfahrungswissen wie in Kapitel 6 (*Nachhaltige Lebensentwürfe*). Dieses Hintergrundwissen ermöglicht Ihnen, eine an Ihrer persönlichen Perspektive orientierte Entscheidung für die Richtung und Ausprägung Ihrer Berufsprofilierung zu treffen – solide, weil Sie wissen, um was es geht; souverän, weil Sie sich selbst ein Bild machen können; sicher, weil Sie Chancen und Risiken für Ihre Profilierung im Bereich wissensintensive und kulturelle Dienstleistungen ermesen können.

Der dritte rote Faden sind die vielen praktischen Übungen, Hinweise, Anregungen und Tipps, die Sie in den verschiedenen Phasen der Berufsprofilierung wie Kapitel 8 (*Vom Markt her denken*) und dann im konkreten Berufs- und Lebensalltag wie Kapitel 9 (*Lösungswege aus Problemzonen*) unterstützen.

Dieses Buch mit seiner speziellen Mischung von Wissen, Erfahrung und Praxis will Sie begleiten, unterstützen, Ihnen Ideen und Anregungen, Fragen und Lösungsvorschläge bieten auf dem Weg des Profilierens, dessen Ziel die Einheit von Person & Profession ist. Was diese Verbindung so bereichernd und faszinierend macht, erfahren Sie im ersten Kapitel.

Berufsprofilierung und Biografiearbeit gehen dabei Hand in Hand. Für beides nutzen Sie Ihre Lernbiografie (5. Kapitel) – sie zeigt Ihnen, wo Sie heute stehen – und die Arbeit mit Ihrer Vision (7. Kapitel) – sie zeigt Ihnen, wie Sie in fünf oder in zehn Jahren leben und arbeiten wollen.

Welche Chancen und Risiken der Arbeitsmarkt heute und in nächster Zukunft für AkademikerInnen bereithält und welche Rolle darin wissensintensive und kulturelle Dienstleistungen spielen können, erfahren Sie im 2. und 3. Kapitel. Daten, Zahlen, Fakten sind dabei aus geschlechterdifferenter Perspektive dargestellt und ausgewertet.

Dass und wie Selbstbestimmung und Nachhaltigkeit auch in Zeiten des globalisierten Kapitalismus möglich sind und was ein kritischer Blick auf gängige Begriffe wie Kompetenz oder unternehmerisches Selbst zutage treten lässt, zeigen Ihnen die Kapitel 4 und 6.

Erwerbsarbeit ist bei weitem nicht das ganze Leben, aber sie ist ein wichtiger Teil davon. Ein integriertes Modell des „ganzen Lebens“ lernen Sie im 7. Kapitel kennen. Damit der Perspektivenwechsel von „was kann ich?“ zu „welche Lösungen biete ich an?“ gelingt, trainieren Sie im 8. Kapitel, vom Markt her zu denken.

Ob Sie als FreiberuflerIn oder als AngestellteR an einer Universität, in einem Unternehmen, in der Forschung oder bei einer Behörde arbeiten – Lösungswege aus Problemzonen, wie sie das 9. Kapitel an den zentralen Beispielen Geldwert/Selbstwert, Arbeitsökonomie und Umgang mit Stress auf-

zeigt – werden Sie immer wieder brauchen. Sie werden hier aus lösungsorientierter Perspektive entwickelt.

Dieses Buch bietet Ihnen praxisorientiert, systematisch und kompakt Erfahrung und Wissen aus meiner langjährigen Beratungspraxis, aber auch aus meinem Alltag als Wissenschaftlerin und Freiberuflerin. Meinen KlientInnen bin ich dankbar für die vertrauensvolle und inspirierende Zusammenarbeit, die eine ganz wesentliche Voraussetzung für das Schreiben dieses Buches war. Meine FreundInnen Ute Wellstein, Carmen Gerstmann-Fricke, Eva Göllner-Breust und Franz Müller haben das Manuskript mit ihren kritischen Kommentaren, Fragen und Vorschlägen bereichert und mich wunderbar unterstützt. Dafür danke ich meinen „ErstleserInnen“ von Herzen.

Mein Dank gilt außerdem der Verlegerin Barbara Budrich, die beherzt und schnell entschlossen das bereits fertiggestellte Buch ins Programm nahm, und Sarah Rögl für ihr klares, engagiertes und behutsames Lektorat.

Ein Gespräch, getragen von Aufmerksamkeit und Empathie, mit einem Gegenüber, das Ihnen zuhört, mitdenkt, nachfragt und eigene Gedanken entwickelt, widerspricht, Zweifel aufgreift und Fakten beisteuert, den roten Faden im Blick behält und Sie zum Lachen bringt – dies alles und mehr können Sie im Dialog mit einer guten Beraterin, einem guten Coach erwarten. Die offene, konzentrierte und lebendige Atmosphäre eines solchen Gesprächs ist durch nichts zu ersetzen.

Auch dieses Buch kann die besondere Produktivität des Gesprächs nicht ersetzen. Aber es kann Sie auf andere Weise unterstützen und inspirieren: die richtigen Fragen aktivieren, Gedanken anstoßen, Informationen bereitstellen, Träume klarer und Ziele realistischer werden lassen.

Dieses Buch ist ein Arbeitsangebot an Sie. Die Arbeit – und das ist nicht wenig! – müssen Sie alleine tun: lesen, wann Sie Zeit und Lust dazu haben, sich Notizen machen, die Übungen schriftlich ausarbeiten, Gedanken, Ideen und Fragen festhalten, die sich bei der Lektüre einstellen, recherchieren und Was-wäre-wenn-Szenarien entwickeln ...

Freuen Sie sich auf neue Herausforderungen!

Ich wünsche Ihnen alles Gute und viel Glück dabei.

Berlin, im August 2012

Sonja Hilzinger

www.sonjahilzinger.de | email@sonjahilzinger.de