

## Identität und Anpassung in der Arbeitswelt

### Gestaltungs- und Wohlfühlkompetenz

Zum Identitätserleben benötigt der Mensch ein klares Bewusstsein seiner Persönlichkeit. Dazu braucht er Erkenntnisse darüber, was ihn als Person einzigartig macht. Zur beruflichen Identität zählen dabei ganz spezielle fachliche, methodische und soziale Kompetenzen und Präferenzen.

Als soziales Wesen ist für Menschen zudem das Eingebundensein in Umgebungen wichtig, die ihrer Persönlichkeit entsprechen: im privaten wie auch im beruflichen Bereich.

Um das individuell passende berufliche Umfeld erkennen zu können, braucht es Antworten auf folgende Fragen:

- Wo sind meine ganz speziellen Kompetenzen gefragt?
- Welches Umfeld passt zu mir?
- Welches sind die Kriterien, an denen ich erkennen kann, ob ein Umfeld für mich passt?
- In welchem beruflichen Umfeld fühle ich mich wohl?
- Welche Arbeitskultur entspricht mir?
- Wie muss die Zusammenarbeit mit Vorgesetzten und Arbeitskollegen gestaltet sein, damit ich mich wohlfühle und mich in die Lage versetzt fühle, meine Kompetenzen voll zum Entfalten zu bringen?
- Wie müssen die Arbeitsabläufe gestaltet sein, damit sie meinem vorgezogenen Arbeitsverhalten entsprechen?
- Unter welchen Gegebenheiten bin ich bereit, mich an ein Umfeld anzupassen, um daraus allenfalls auch neue Persönlichkeitsaspekte von mir entfalten zu können?

Im Laufbahncoaching erhalten Klientinnen und Klienten Klarheit über ihre ganz speziellen Kompetenzen, über ihre Stärken und Fähigkeiten, über Wünsche, Interessen und Motive, aber auch über berufliche Umfelder, die dazu passen. Bei Bedarf lernen sie Methoden für ihr Selbstmanagement kennen, damit sie längerfristig zu ihrem Wohlbefinden in ihrer Arbeitssituation beitragen können.

Um Anpassungsprozesse optimal zu gestalten, werden folgende Ressourcen erarbeitet und entwickelt:

- die Fähigkeit, in der Vielzahl der Optionen Entscheidungen treffen zu können, aber auch Unsicherheiten aushalten zu können
- kreative Gestaltungs- und Selbstmanagement-Kompetenz
- Kommunikations- und Beziehungsfähigkeit
- Umgang mit materiellen Unsicherheiten

Die berufliche Gestaltungs- und Wohlfühl-Kompetenz für die Arbeitswelt besteht darin, erkennen zu können, welches Umfeld zu einem passt, sich dort selbstbewusst und gezielt einbringen und anpassen zu können sowie diese Verbindung regelmässig mit einem effektiven Selbstmanagement steuern zu können.