

## **Modul 1: PERSÖNLICH NEU AUSRICHTEN UND DURCHSTARTEN**

### **Gestaltung individueller Karriere- und Lebenswege**

#### **Workshop 3: Karriereziele entwickeln und umsetzen**

##### **Beschreibung**

Die Entwicklung und Umsetzung von Karrierezielen sind Fragen des Karrieremanagements und damit der Standortbestimmung. Hierzu ist eine Reflexion der persönlichen Vergangenheit und Gegenwart nötig, um Schritte in die Zukunft zu planen. Der Workshop regt dazu an, Karriereziele zu entwickeln und dabei die eigene Biographie nicht außer Acht zu lassen. Ein zweiter Schwerpunkt liegt bei der Umsetzung der entwickelten Ziele sowie einer Reflexion von zu erwartenden Hemmnissen und dem Umgang mit ihnen. Da die Planung der eigenen Karriere nicht losgelöst vom Leben stattfindet, setzt sich der Workshop auch mit der Frage der Work-Life-Balance auseinander und behandelt Themen wie die Vereinbarkeit von Familie und Beruf sowie den Grad der persönlichen Bereitschaft eigene Ressourcen in die Karriereentwicklung zu investieren. Die Entwicklung von Karrierezielen kann hinten angefangen auch "vom Ziel her gedacht" werden. In diesem Sinne stellt der Workshop Möglichkeiten vor, wie man die Planung auch beim Ende - dem Karriereziel - beginnen kann. Alle im Workshop vorgestellten Planungsinstrumente werden mit der Frage, wie die Zielerreichung selbständig überprüft werden kann, verbunden.

Mit dem besonderen Durchführungsformat von zwei erfahrenen Trainerinnen bietet dieser Workshop neben den allgemein gültigen Inhalten die außergewöhnliche Möglichkeit eine ganz individuelle Analyse für jede/e Teilnehmer/in durchzuführen.

Auf Wunsch können auch basierend auf eigenen Lebenswegerfahrungen Wege außerhalb der Wissenschaft aufgezeigt und herausgearbeitet werden.

##### **Agenda (Themenauswahl)**

- Karriereziele unter Einbezug der eigenen Biographie entwickeln und umsetzen
- Zusammen gedacht: Gestaltung von Karriere- und Lebenszielen
- Vom Ziel her gedacht: Wo will ich den nächsten 10 Jahren landen?
- Woran kann ich erkennen, dass ich meine Ziele erreichen habe?
- Welche Wege außerhalb der Wissenschaft gibt es und wären passend für mein Lebenskonzept?