

Karrierechart / Lebenschart

Der Klient wird gebeten, eine Chart-Grafik seiner Karriere/seines Lebens anzufertigen (auf dem Flip Chart oder einem Blatt Papier). Hierbei kann man sich entweder auf die berufliche Karriere konzentrieren oder private Ereignisse mit einschließen oder auch nur private Höhen und Tiefen skizzieren (je nach Fragestellung des Klienten).

Wenn jemand zu jung ist, kann auch die Schulzeit und ggf. das Studium oder die Lehre mit einbezogen werden. Ansonsten definiert man den **Berufseinstieg** als Beginn auf der Zeitachse.

1 Vorgehen:

Den Klienten instruieren und ihn dann eigenständig den Chart zeichnen lassen (nur dann unterstützen, wenn es der Klient ausdrücklich wünscht, ansonsten alleine arbeiten lassen, ca. 10-15 Minuten).

Der Karrierechart sollte zunächst bis „heute“ reichen. Dann sollte man den Klienten bitten, die einzelnen Karriereschritte bzw. die bedeutenden privaten Ereignisse in seinem Leben zu erläutern. Anschließend wird die gewünschte weitere (zukünftige) Entwicklung eingetragen.

Ziel der Methode ist neben der Visualisierung der Karriere/des Lebens das Bewusstmachen, welche Erfolge der Klient bereits hatte, aber auch, welche Konflikte und Schwierigkeiten er bereits in der Vergangenheit gemeistert hat. Daraus kann der Klient häufig Lösungswege für sein aktuelles Anliegen ableiten.

2 Beispielhafter Karrierechart:

