

Standortbestimmung mit Zukunftsperspektive als Strategie zur Lebensbalance

Suchen Sie Werkzeuge, mit denen Sie den Alltag besser bewältigen können? Möchten Sie über neue Visionen und Ziele nachdenken und sich mit Themen des Selbstmanagements sowie der eigenen Gesundheit auseinandersetzen?

Die Intensivweiterbildung Soziale Interaktion (IWB SI) bietet Ihnen eine Standortbestimmung mit Zukunftsperspektiven. Die Angebote der IWB¹ gehören zum Themenfeld «Person & Profession» und beziehen sich in erster Linie auf das Gebiet «Beruf in der Lebensbalance»². Ziel ist es, Lehrpersonen durch geeignete Strategien zu befähigen, die Anforderungen des Berufes besser zu bewältigen und dabei ihre physischen und psychischen Ressourcen zu berücksichtigen und gezielt einzusetzen.

Wie kann ich mir eine solche Standortbestimmung vorstellen?

Im Rahmen einer IWB SI nehmen die Teilnehmenden eine systematische Standortbestimmung vor. Dabei bildet der «Rote Faden IWB SI» die organisatorische Grundlage für eine wirkungsvolle Standortbestimmung mit neuen Zukunfts- und Handlungsperspektiven. Begleitend zum thematisch sowie inhaltlich gestalteten Kursgeschehen werden darin Meilensteine und Methoden aufgezeigt, die die Teilnehmenden zu ihrer persönlich formulierten Zielerreichung anleiten und einen Transfer in den Berufs- und Lebensalltag unterstützen. Nachfolgende Abbildung gibt eine Übersicht über die wichtigsten Inhalte und Stationen.

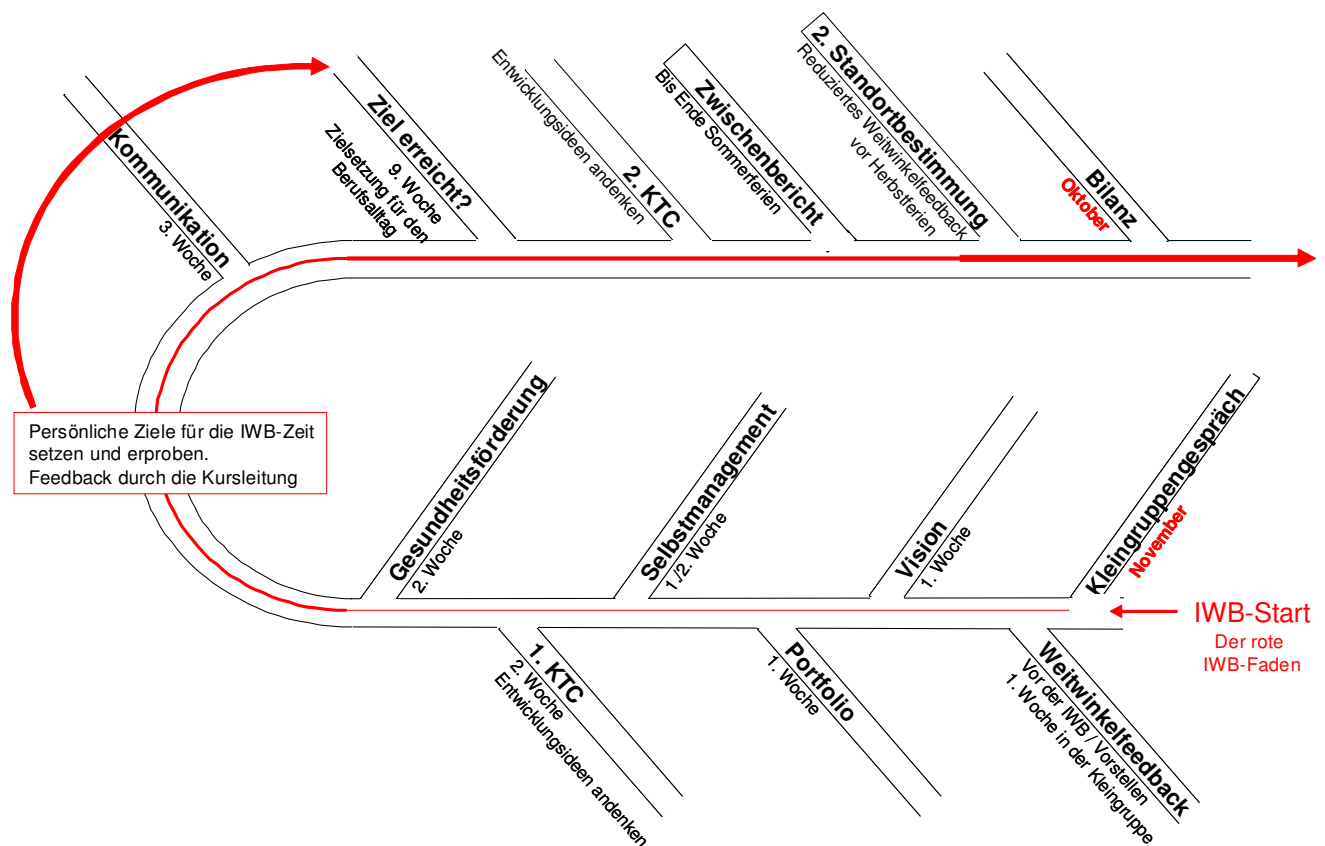


Abb.: «Roter Faden IWB SI» zum Ablauf einer Standortbestimmung mit Zukunftsperspektive

¹ Zurzeit stehen vier verschiedene Profile für eine bedürfnis- und bedarfsbezogene IWB zur Wahl: Soziale Interaktion, Auserschulisches Lernen, Auserschulisches Lernen kompakt, Individuelles Projekt.

² Vgl. PH Zürich Kompetenzstrukturmodell Standard 12, «Beruf in der Lebensbalance»: Die Lehrperson verfügt über Strategien, die Anforderungen des Berufes zu bewältigen, und nimmt auf ihre physischen und psychischen Ressourcen Rücksicht.

Der detaillierte Ablauf der Standortbestimmung auf Grundlage des «Roten Fadens IWB SI»³:

Nachdem die Teilnehmenden zu Beginn in *Kleingruppengesprächen* gegenseitig ihre Motivation und ihre Wirkungswünsche zum IWB-Besuch ausgetauscht haben, holen sie sich *Feedbacks* aus ihrem Privat- und Berufsbereich ein. Daraus entstehen erste *Visionen*, wie ein Leben in Balance sein könnte. Mittels der *Portfolio*-Methode werden sowohl berufliche Stärken und Entwicklungsbedarf als auch Veraltetes oder Schabriges sichtbar gemacht. Daraus entstehen erste persönliche Zielwünsche für den beruflichen Bereich. Diese werden nun aufgrund von Inputs zu *Selbstmanagement* mit den persönlichen Ressourcen in Verbindung gebracht. Im *Kollegialen Teamcoaching (KTC)* bekommen die Teilnehmenden aufgrund von eigenen biografischen Erzählungen Anregungen und Feedback zu ihrer entstandenen Auslegung. Nachdem *gesundheitsfördernde Aspekte* integriert wurden, formulieren die Teilnehmenden ihre persönlichen Ziele für die IWB-Zeit. Sie erhalten von der Kursleitung Feedback und werden in ihrem Prozess begleitet. In «geschütztem» Rahmen, weg vom Alltag, können nun neu erwünschte Handlungsstrategien und -rollen erprobt und eingeübt werden. Zusätzlich werden im Kernbereich *Kommunikation* Verhandlungskompetenzen erweitert. Eigene Bedürfnisse und/oder Absichten sollen mit den Wünschen anderer so vereinbart werden, dass Zielkonflikte zum Gewinn aller Beteiligten gelöst werden können. Dadurch sollen spätere Stolpersteine im Berufsalltag durch das evtl. neue Verhalten der IWB-Teilnehmenden in deren Arbeits- und Lebensgemeinschaften möglichst klein gehalten werden. Nach neun Wochen IWB wird ein Fazit zur *Zielerreichung* gezogen und die angestrebten Zielsetzungen werden für die kommende Zeit im Arbeitsalltag angepasst.

Der Prozess der Standortbestimmung wird zusätzlich in hohem Masse angeregt und unterstützt durch eine Fülle von persönlichen Gesprächen unter den Teilnehmenden: 40 Persönlichkeiten mittleren Alters bilden einen reichen Erfahrungspool im Umgang mit persönlichen und beruflichen Fragestellungen. Im informellen Austausch werden Teilnehmende der IWB ermutigt und begleitet im Finden und Trainieren von neuen Handlungsstrategien.

Nach dem 9-Wochen-Block geht es darum, den Beruf in der Lebensbalance zu halten. Mit einem zweiten *Kollegialen Teamcoaching* und einem Feedback von der Kursleitung auf einen *Zwischenbericht* werden die Teilnehmenden in diesem Prozess unterstützt. Lernpartnerschaften und Lerngruppen begleiten den Alltag. Rund acht Monate nach der ersten Standortbestimmung nehmen die Teilnehmenden eine *zweite Standortbestimmung* unter Einbezug von erneuten Rückmeldungen aus ihrem Privat- und Berufsbereich vor, sie ziehen *Bilanz*.

Dass der Weg zum Erfolg von Ausdauer und Mut zum Neuen begleitet wurde, zeigt das Fazit einer Teilnehmerin: «Zusätzlich zum Rahmen der IWB habe ich auch Werkzeuge bekommen. Damit habe ich begonnen, den Alltagsschutt wegzuschaukeln, und dadurch wieder zu mir gefunden. So habe ich bekannte und unbekannte Facetten an mir selber entdeckt und erkannt, wo ich stehe und wohin ich gehen will. Das war intensiv. Es heisst nicht umsonst Intensivweiterbildung.»

Dorothea Vollenweider
Dozentin PH Zürich, Kursleitung IWB SI

Details zur Intensivweiterbildung «Soziale Interaktion SI» unter www.phzh.ch/iwb

In der IWB Soziale Interaktion ab Januar 2011 hat es noch wenige freie Plätze. Information und Anmeldeprozedere bei andrea.peter@phzh.ch oder unter Tel. 043 305 62 88

³ Nachfolgend wird die obige Abbildung im Detail erläutert, wobei die darin aufgeführten Begriffe zur leichteren Lesbarkeit kursiv gesetzt sind.