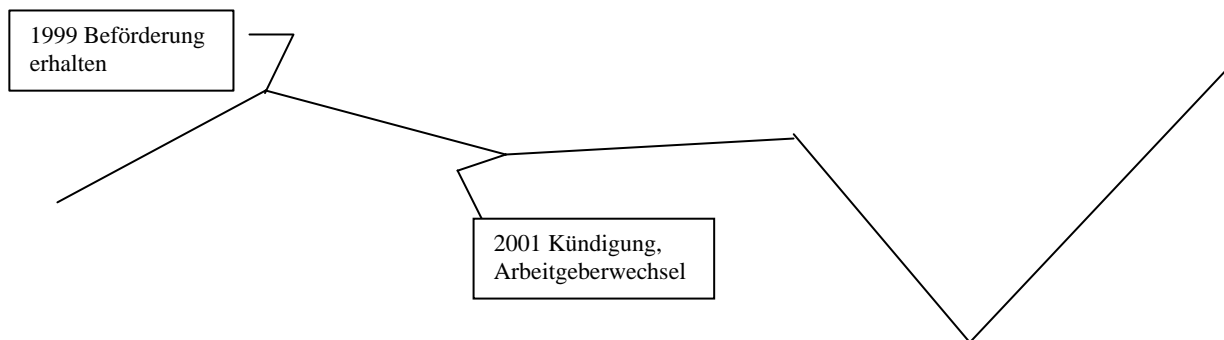


**Beschreibung der Methode:** Die TeilnehmerInnen fertigen auf einem Blatt Papier eine Grafik-Chart über die eigene persönliche Leistungsgeschichte an. Die Grafik kann individuell gestaltet werden und sollte eine Zeitachse bis zum gegenwärtigen Zeitpunkt darstellen. Begonnen wird mit dem Berufseinstieg bzw. mit der zuletzt abgeschlossenen Schulausbildung (z.B. Lehre). Letzteres eignet sich für jüngere TeilnehmerInnen, die über keine oder nur wenig Berufserfahrung verfügen. Die TeilnehmerInnen tragen in die Grafik ihre Karriereabschnitte bzw. -rückschritte ein und versehen diese nach Wunsch mit Kommentaren (Beispiel für einen Eintrag im Karriere-Chart: "1993 Beförderung nicht erhalten, Motivation gesunken, Arbeitsplatzwechsel angedacht"). Der Karriere-Chart sollte in eigenständiger Arbeit gezeichnet werden (15-30 Minuten). z.B. in Form einer Geraden mit Höhen und Tiefen.



Die TeilnehmerInnen werden danach aufgefordert, die eigene Grafik oder Kurve zu betrachten und zu reflektieren, welches die prägenden Ereignisse und wesentlichen Krisensituationen bisher waren. Es sollen sowohl die positiven als auch die negativen Aspekte erkannt werden.

Abschließend werden die TeilnehmerInnen gebeten, die gewünschte weitere Entwicklung in die Kurve, Gerade oder Grafik einzutragen. Im Plenum erfolgt abschließend ein Austausch über zukünftige Visionen. Es soll gemeinsam mit dem/der TrainerIn diskutiert werden, wie die Visionen umgesetzt werden können. Der/Die TrainerIn spielt hierbei eine wesentliche Rolle. Er/Sie erarbeitet gemeinsam mit den TeilnehmerInnen individuelle Lösungsstrategien und Leitbilder. Optional kann vonseiten der TrainerInnen noch gefragt werden, was "Karriere-Entwicklung" für die einzelnen TeilnehmerInnen bedeutet. Dadurch werden Karrierewerte reflektiert.