

Individuum mit Erfahrungen,
Werten und Geschichte

Alte berufliche Identität

Trennungsphase

*Bestandsaufnahme vornehmen
Entscheiden
Abschied nehmen*

Blockaden
auflösen

nein
ja

◆ = Aufgaben gelöst? ja/nein

Bearbeiten der
Blockaden durch:

Öffnungsphase

*Blick weiten
Neugierig sein
Interesse wahrnehmen*

Blockaden
auflösen

nein
ja

Überprüfen von
Regeln und
Bewertungen: Was ist
(wirklich) meines?

Suchphase

*Erkunden
Kosten
Schmecken*

Blockaden
auflösen

nein
ja

Loslassen von
alten Berufs-
feldern und alten
Erfahrungen, inneren
Stimmen usw.

Findungsphase

*Auswählen
Zupacken
Anfangen*

Blockaden
auflösen

nein
ja

Zulassen der (wirklich)
eigenen Bedürfnisse

Zielphase

*Planen
Gerichtet handeln
Feinjustieren*

Blockaden
auflösen

nein
ja

(sich) Akzeptieren

Anschließend
Wiedereinstieg
in eine der Phasen

Neue berufliche Identität

Individuum mit seinen
Erfahrungen, Werten und
Geschichte erweitert um die
in t (Zeit) neu gemachten
Erfahrungen und vorgenom-
menen Bewertungen