

## **Ressourcen für die Beratung und die weitere Beschäftigung mit dem Thema Karriereberatung**

*zusammengestellt von Dr. Katrin Wodzicki und Barbara Hoffbauer*

### **Bücher**

Mirjam Müller. Promotion – Postdoc – Professur. Karriereplanung in der Wissenschaft (Campus, 2014)

Mirjam Müller. Karriere nach der Wissenschaft. Alternative Berufswege für Promovierte (Campus, 2017)

Angelika Gulder. Finde den Job, der dich glücklich macht. Von der Berufung zum Beruf (Campus, 2013)

Barbara Hoffbauer. Berufsziel Life Sciences. Ein Karriere-Wegweise (SpringerSpektrum, 2011)

Sarah Blackford. Career Planning for Research Bioscientists (Wiley-Blackwell, 2013)

Richard N. Bolles. What Colour is Your Parachute? A Practical Manual for Job-Hunters & Career-Changers (Ten Speed Press, 2015)

Svenja Hofert, Das Karriere Macher Buch, Eichborn, 2009

Martin Wehrle, Karriereberatung, Menschen wirksam im Beruf unterstützen, Beltz, 2011

### **(Online) Tools**

MyIDP: <http://myidp.sciencecareers.org/>

Online-Plattform mit Selbst-Analyse-Tool und vielen weiteren unterstützenden Tools zur individuellen Nutzung.

Die Selbst-Analyse bezieht sich auf Fähigkeiten, Interessen und Werte – erfasst über forschungsnahen Tätigkeiten. Basierend auf den selbsteingeschätzten Fähigkeiten und Interessen erhält man eine Rückmeldung über die eigene Passung zu 20 unterschiedlichen Tätigkeitsfeldern („My Career Paths Fit“). Diese Rückmeldung kann ein Aufhänger in Beratungen sein, um über mögliche Tätigkeitsfelder zu sprechen und warum ggf. ein Fit vorliegt.

Der Fragebogen zu Fähigkeiten kann auch zum Einholen von Feedback von Kollegen/innen und/oder Vorgesetzten genutzt werden. Die eigenen Werte bieten Ansatzpunkte für Fragen in *Informational Interviews*.

Informational Interviews: Methode zum Einholen von Informationen zu verschiedenen potentiellen Positionen über das Interviewen von Personen, die diese Positionen innehaben.

Beispielfragen: Wie sieht Ihr typischer Arbeitstag aus? Welche Fähigkeiten und Erfahrungen machen jemanden in Ihrem Job erfolgreich? Was war für Ihren Einstieg in den Job hilfreich?

Mehr Informationen: <http://www.sciencemag.org/careers/2009/03/informational-interview>

STAR Methode: Zur Identifikation von Stärken und besonderen Fähigkeiten – Anwendung in der Beratung, in Workshops als Paarübungen oder als Aufgabe nach der Beratung (zusammen mit Freunden/Kolleg\_innen):

- Situation: Welche Situation haben Sie vorgefunden?
- Task/Aufgabe: Was war Ihre Aufgabe?
- Action/Handlung: Was haben Sie konkret getan?
- Result/Ergebnis: Welches Ergebnis haben Sie erzielt?

Karriereanker von Ed Schein, Fragebogen und Interview; Fragebogen ist in Deutsch und Englisch im Internet verfügbar; weiterführende Literatur sowie Trainerleitfaden über <http://www.karriereanker24.de> bestellbar; Career Anchors Self assessment und weiterführende Literatur sind auch in englischer Sprache verfügbar;

Diverse Arbeitsblätter wie Performance Analyse, Affektbilanz, Fragebögen

Alumni Tool von LinkedIn: LinkedIn bietet die Möglichkeit, alle Mitglieder, die an einer bestimmten Universität studiert bzw. promoviert haben, anzuschauen und nach Studienfach (und weiteren Parametern) einzugrenzen. Diese Tool bietet die Möglichkeit, Ehemalige der gleichen Universität zu identifizieren (bekannte wie unbekante) und diese zu ihren aktuellen Positionen und Arbeitgebern zu befragen.

Peer Coaching Gruppen: Promovierende/Promovierte können sich in Kleingruppen wechselseitig beraten und unterstützen und dabei Methoden der kollegialen Beratung nutzen (<http://www.kollegiale-beratung.de/Ebene3/4methowa.html>).

Weitergehende Literatur unter den Stichworten „Kollegiale Beratung“, oder „Kollegiales Coaching“

Ikiqai: Reflexionsschema über Interessen | Fähigkeiten | Bedürfnisse | Arbeitsmarkt

Ähnliche Schemata können in Abwandlung für Reflexionsprozesse in der Beratung genutzt werden, z.B. Überschneidung von „was kann ich“ und „was will ich“. Auch die Reflexion über „was will ich nicht“ kann hilfreich sein, um individuelle, persönliche Grenzen zu setzen (wie zum Beispiel räumliche Präferenzen). Individuelle Grenzsetzungen können hilfreich sein, wenn es darum geht individuelle Strategien abzuleiten (wie beispielweise ein regional eingegrenzte Such- und Orientierungsstrategie).

# Ikigai

A JAPANESE CONCEPT MEANING "A REASON FOR BEING"



## Blogs und Online Ressourcen

*Career Development Toolkit for Researchers:* <http://www.jobs.ac.uk/careers-advice/resources/ebooks-and-toolkits/career-development-toolkit-for-researchers>

*Making the Right Moves. A Practical Guide to Scientific Management for Postdocs and New Faculty:* [http://www.hhmi.org/sites/default/files/Educational%20Materials/Lab%20Management/Making%20the%20Right%20Moves/moves2\\_ch5.pdf#page=3](http://www.hhmi.org/sites/default/files/Educational%20Materials/Lab%20Management/Making%20the%20Right%20Moves/moves2_ch5.pdf#page=3)

*Science Magazine | Careers:* <http://www.sciencemag.org/careers>

*Bioscience Careers by Sarah Blackford:* <http://biosciencecareers.org/>

*Biospace:* Karriereinformationen für Biowissenschaftler, Schwerpunkt USA mit vielen generellen Hinweisen und Berufsbeschreibungen <https://www.biospace.com/>

*GGNB Career Blog | Resources:* <http://ggnb-blog.uni-goettingen.de/?cat=5>

*GGNB Career Blog | Career Tips:* <http://ggnb-blog.uni-goettingen.de/?cat=2>

Illustrationen auf den Punkt: <http://phdcomics.com/>

# THE PLANS:

	<p><b>THE PLAN YOU TELL YOUR ADVISOR</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• "I'M GOING TO BE A PROFESSOR AT A MAJOR RESEARCH UNIVERSITY AFTER I GRADUATE."</li> </ul>
	<p><b>THE REAL PLAN</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LOOK FOR CAREER ALTERNATIVES.</li> </ul>
	<p><b>THE SECRET PLAN</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BECOME A BAKER/ROCKSTAR/WRITER.</li> </ul>

JORGE CHAM © 2012

WWW.PHDCOMICS.COM