

Raus aus der beruflichen Sackgasse

Middle-Ager – die 35- bis 50-Jährigen – zeichnen sich dadurch aus, dass sie schon mindestens ein Drittel ihres Berufslebens zurückgelegt haben, ihnen nicht mehr alle Optionen offenstehen und sie nicht mehr mal eben den Job wechseln können. Sie stehen vor der Mammutaufgabe, den Übergang von der beruflichen Bewährungs- in die Profiphase erfolgreich zu meistern. Genau an diesem Übergang finden entscheidende Weichenstellungen statt: Sollen sie den Karrierepfad zielstrebig weiterschreiten, wollen sie den Status erhalten, oder wollen sie sich noch einmal umorientieren? Dies löst zuweilen

Ängste aus. Das Selbstcoachingtool «Kairos» reagiert auf diese Herausforderungen und unterstützt Middle-Ager, neue Optionen und Lösungswege für die berufliche Laufbahn zu erkennen und handlungsfähig zu sein. Selbstständig, anonym und ohne Coach.

Da Menschen spielen, um sich auf den Ernstfall vorzubereiten und um zu lernen, fördern Spiele Menschen miteinander in ihrem Weiterkommen. Denn Planspiele können bestimmte Lebensbereiche simulieren. Im engen Austausch mit Middle-Agern, Laufbahncoaches und Game-Designern entwickelte Heidrun Föhn im Rahmen ihres

Masterstudiums das spielbasierte Selbstcoachingtool «Kairos». Es besteht aus einem Kartendeck und einem Coachingjournal, die Spielmechanik fundiert auf Methoden der Planspieltheorie, des Veränderungs- und des Laufbahncoachings. In einem qualitativen Playtest-Verfahren mit berufstätigen 35- bis 50-Jährigen konnte nachgewiesen werden, dass «Kairos» bestens geeignet ist für Middle-Ager, sich selbst auf kreative Weise durch berufliche Neuorientierungsphasen zu navigieren, denn es stärkt Ressourcen und offenbart neue Optionen. Es ist unter www.coachingspiele.ch erhältlich. (pd)