

## **Unser Angebot: Wir unterstützen und begleiten methodisch Ihr Vorhaben zur privaten und /oder beruflichen Veränderung**

Aktuell verändern sich so viele Lebensgewohnheiten in kurzer Zeit, dass es ein passender Moment ist, auch eigene Veränderungswünsche anzugehen – sei es beruflich und/oder privat.

- Berufliche und private Entscheidungen in Einklang bringen
- Erprobung potentieller Zukunfts-Szenarien (Idealverlauf vs. Worst Case)
- Nachhaltige Begleitung
- Mögliche Integration in eine Peer-Learning Community

Wir haben das Format ursprünglich als klassische Veranstaltung konzipiert und nun auf die neue Situation in der Pandemie so adaptiert, dass eine virtuelle Durchführung und Begleitung ebenfalls sehr gut möglich sind.

Life Design operationalisiert agile Methoden aus dem Design, den Kommunikationswissenschaften und der Software-Entwicklung für den Bereich der persönlichen Lebensplanung. Grundprinzipien sind Selbst-Erforschung nach dem Prinzip des Design Thinking, also Neugier, Ergebnisoffenheit, radikale Kollaboration sowie das Designen und Testen von Prototypen. Mit diesen Prinzipien im Hintergrund eröffnet Life Design die Chance, mit spezifischen, auf die Situation des\*der Einzelnen anpassbaren Instrumenten, wie ein\*e Designer\*in die eigene Situation zu erfassen, zu strukturieren, und dann kreativ wie planerisch an den Entwurf möglicher Wege in die Zukunft heranzugehen.

Das Ergebnis und der Erfolg der Methode ist die Herstellung von Kohärenz zwischen dem was man ist, was man glaubt und was man tut. Das stärkt und fördert eine nachhaltige Entwicklung Ihrer neuen Vorhaben.

### **Beispiel-Beratungs-Ablauf (virtuell oder analog):**

1) Anfrage/Interessensbekundung:

- Sie schicken uns eine Anfrage und Lebenslauf oder ein paar Sätze zu Ihrer beruflichen und/oder privaten Situation. Wir finden eine\*n geeignete\*n Peer-Learning Trainer\*in aus unserem Netzwerk und stellen Sie einander vor

***IHR BEDÜRFNIS NACH VERÄNDERUNG KONKRETISIERT SICH***

2) Vorgespräch (virtuell)

- Wir besprechen was bisher geschah und erforschen Ihre Ausgangsfragestellung
- Wir verhandeln das Honorar, je nach individueller Lage

***WIR ERKUNDEN IHRE AUSGANGSLAGE GEMEINSAM***

3) Selbstreflexion

- Sie bekommen von uns Materialien zur Bestandsaufnahme mit Methoden des Life Designs (z.B. Barometer, Tages-Journal, Life & Work-Beschreibung)

***SIE WERDEN SICH IHRER AKTUELLEN SITUATION BEWUSSTER***

4) 4 bis 6 online-Sitzungen mit jeweils 1-2 Trainer\*innen oder während eines 1,5 Tage Workshops

- Vorstellung der Selbstreflexion und Nachfragen
- Kreative Übungen wie Mind-mapping, Odysseus-Pläne, Prototypenentwicklung
- Body & Soul Impulse

***NEUE WEGE ERÖFFNEN SICH - SIE GEHEN KONKRETE ERSTE SCHRITTE***

5) Follow-Up (gerne live, ansonsten digital)

- Rückfragen und Reflexion des Prozesses

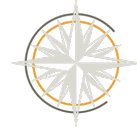
***SIE FORMULIEREN ERSTE LERNERFAHRUNGEN***

6) Optional: Teilnahme am Jahrestreffen des Life Design Netzwerks zum Austausch und Peer-Learning im Netzwerk (sobald es wieder geht)

***SIE WERDEN TEIL EINER SELBSTLERNENDEN COMMUNITY***



in Kooperation mit



compassorange

### ***Wer sind Wir?***

Die Stimmigkeit zwischen dem von uns vertretenen Life Design Konzept und der Praxis des Life Design Netzwerks bildet den Rahmen unserer Aktivitäten. Wir haben Life Design als Reflexions-Instrument unseres Freundeskreises etabliert und entwickeln aus diesem Prozess heraus auch unsere kommerziellen Angebote. Die professionellen wie lebensgeschichtlichen Profile unseres Kreises von aktuell ca. 15 Expert\*innen aus verschiedenen Disziplinen und Berufen sind sehr vielfältig; wir verfügen über Fortbildungs- und Mediationserfahrung, Coaching- und Mentoring-Praxis, beschäftigen uns mit interkultureller Kommunikation und Projektentwicklung, planen Städte, erforschen den Urwald, begleiten Gründungsprozesse, kreieren Speiseeis und repräsentieren das Leben „auf den Brettern, die die Welt bedeuten“. Wir haben erste, zweite und dritte Karrieren realisiert und sind gespannt auf weitere Entwicklungsmöglichkeiten in unseren Leben. Diese interaktive Praxis des Netzwerks kommt unseren Life Design Angeboten zugute.

Wir freuen uns auf Ihre Email und das virtuelle Vorgespräch! Nutzen sie den Moment des Innehaltens, um etwas Neues auszuprobieren und auf die Schiene zu setzen!

i.V. Dr. Regine Schönenberg

Wiesenburg im August 2020

und Dr. Claudia Neusüß/compassorange GmbH, Mitglied im Life Design Netzwerk