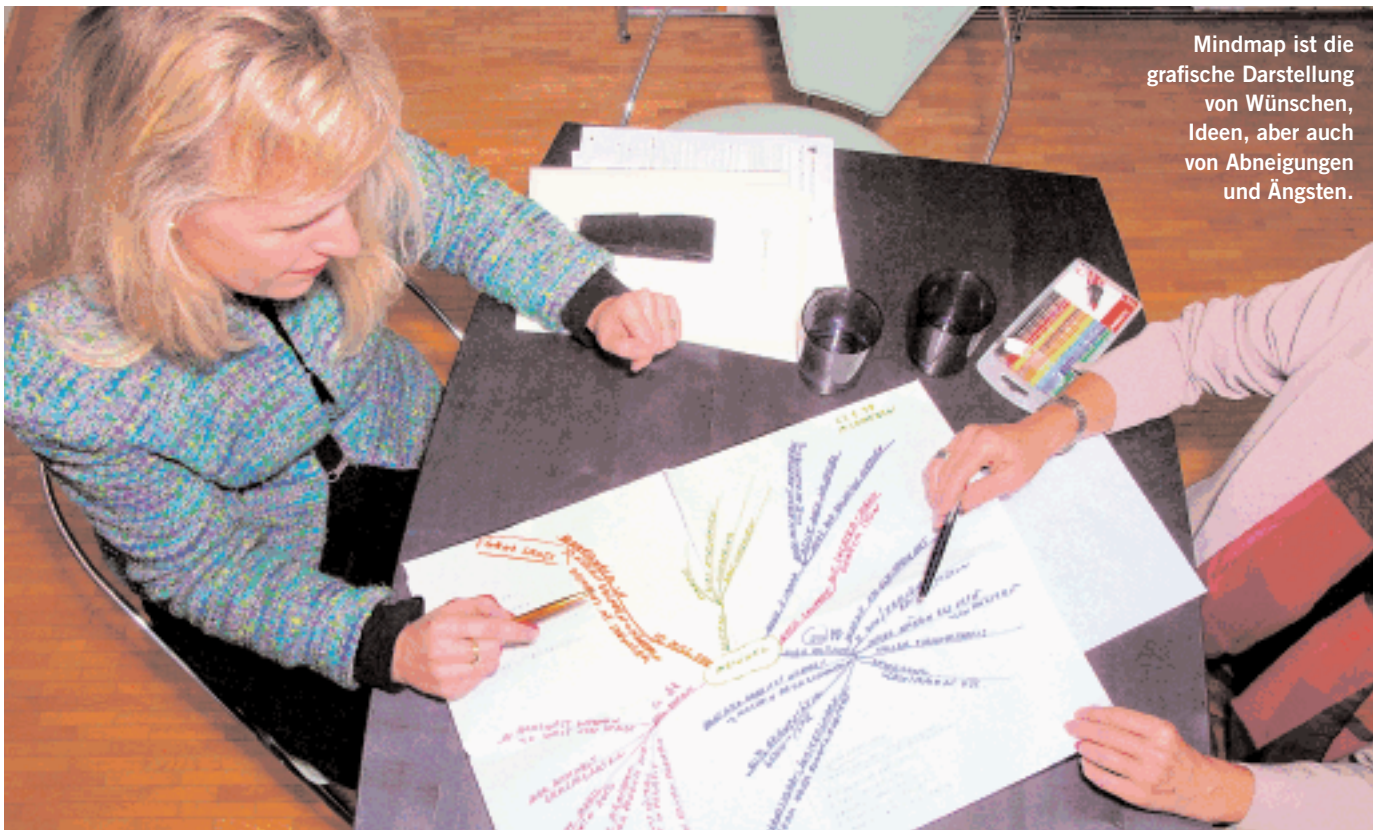


«Die Beratung hat mir neue Perspektiven eröffnet.»

Nimm dein Leben in die Hand!

Eine Life-Design-Beratung hat Marion Lamezan-Hauck aus Möriken AG geholfen, ihre berufliche Zukunft aktiv und erfolgreich zu planen.



Mindmap ist die grafische Darstellung von Wünschen, Ideen, aber auch von Abneigungen und Ängsten.

Fünf Jahre ist es her, seit Marion Lamezan (43) aus Möriken AG ihre Stelle als Geschäftsführerin an einer Privatschule gekündigt hat – und sich ihr damit völlig ungeahnte berufliche Perspektiven eröffneten. «Die Kündigung damals war für mich der Anstoss, mir ganz konkret zu überlegen, was ich wirklich will, wie meine Zukunft aussehen soll und wie ich Wünsche und Vorstellungen auch in die Realität umsetzen kann.»

Ein anspruchsvolles Unterfangen – erst recht, wenn Beruf, Privatleben und die Betreuung einer anderthalbjährigen Tochter unter einen Hut gebracht werden müssen. Marion Lamezan hat sich des-

halb professionelle Hilfe geholt und sich zu einer so genannten Life-Design-Beratung angemeldet.

Mindmap weist den Weg

«In einem ersten Schritt wurden jede Menge Tests gemacht, Fragebogen ausgefüllt und Gespräche geführt, um Fähigkeiten, Begabungen, Vorlieben und Interessen bewusst zu machen», erinnert sich Marion Lamezan. Danach wurde eine Mindmap gemacht, also eine grafische Darstellung von Wünschen, Ideen und Vorstellungen, aber auch Abneigungen und Ängsten. Daraus kann der Berater zusammen mit dem Klienten einen roten

Faden ausmachen. «Bei mir stellte sich heraus, dass Organisation, Kommunikation und Zeitmanagement ganz im Vordergrund stehen», sagt sie. Und dass sie ihre Ziele am besten auf selbständiger Basis verwirklicht. «Das erstaunte mich, denn bisher war ich immer irgendwo angestellt und wäre gar nicht auf den Gedanken gekommen, mich selbständig zu machen.»

Vom Wunsch zur Wirklichkeit

In der Folge ging es darum, ganz konkret zu besprechen, wie die Ideen realisiert werden können. Dabei spielen nebst wirtschaftlichen Faktoren auch die persön-

lichen Lebensumstände eine grosse Rolle. «Als Mutter einer kleinen Tochter kam mir die Freiheit als selbständig Erwerbende entgegen, aber ich musste mich natürlich auch darauf verlassen können, dass es mit der Fremdbetreuung klappt», sagt Marion Lamezan.

Dank guten Fachkenntnissen, viel Motivation und vor allem auch einem starken Durchhaltewillen hat sie schliesslich ihre Wunschvorstellungen verwirklichen können und ist heute als selbständige Organisationsberaterin tätig – und glücklich in ihrem Beruf: «Die Beratung damals hat mir gezeigt, welcher Weg für mich der richtige ist.»

Marianne Siegenthaler
Bilder Stefan Burger



Marion Lamezan ist glücklich als selbständige Organisationsberaterin.



Das sagt die Expertin

Dr. Ulrike Stednitz, Fachpsychologin FSP und Geschäftsführerin von stednitz.design your life, Zürich



Wozu braucht es Lebensplanung?

Lebensplanung macht uns unsere Lebenswünsche

in wesentlichen Bereichen bewusst – Familie und Beziehungen, Beruf und Weiterbildung, Finanzen, Freizeit. Wenn wir unsere Wünsche kennen, können wir sie leichter und gezielter umsetzen.

Wem bringt sie etwas?

Besonders viel bringt Lebensplanung in einer Familie, denn Kinder mögen eine aktive Mutter, einen zufriedenen Vater. Manchmal brauchen wir auch eine

Lebensplanung, weil wir in eine Sackgasse geraten sind.

Wie wird Lebensplanung konkret umgesetzt?

Wir beginnen mit der Vision, mit der denkbar besten und schönsten Lebenssituation. Dann blicken wir wieder auf die Gegenwart und planen gemeinsam konkrete und realistische Schritte, die in die gewünschte Richtung führen.

Wie lange dauert eine Life-Design-Beratung und was kostet sie?

Der Zeitaufwand für den Klienten ist 12 bis 15 Stunden. Diese Investition in die Zukunft kostet pauschal 3200 Franken.

Literatur zum Thema:

Stednitz, Ulrike: Sprengen Sie den Rahmen. In 9 Schritten zum persönlichen Work-Life-Konzept.

ANZEIGE