

Life-Design Thinking: Gestalte ein Leben, das zu Dir passt

Wie finde ich einen Job, der mir gefällt und den ich (vielleicht) sogar liebe?

Wie finde ich einen Berufsweg, der mir ein gutes finanzielles Auskommen sichert?

Wie finde ich ein Gleichgewicht zwischen meiner Karriere und den persönlichen Interessen?

Zu diesen Fragen werden wir Dir mit Life Design Thinking in drei Monaten und vier Treffen einen Weg aufzeigen, wie Du die Einsichten gewinnen kannst, die Du brauchst, um ein Leben zu gestalten, das zu Dir passt.

Life Design Thinking überträgt die iterative Herangehensweise der Innovationsmethode Design Thinking auf Deine persönliche Lebensgestaltung.

Entwickelt wurde die Methode von den Professoren der School of Design Thinking und Stanford-Universität Bill Burnett und Dave Evans, um ihren Studenten einen Weg aufzuzeigen, wie sie sich iterativ an das passende Leben annähern können.

Ganz im Sinne des Design Thinking und anders als in der klassischen Berufs- oder Karriereberatung starten wir nicht mit einem definierten Ziel vor Augen, sondern nähern uns wie in einem Design-Prozess nach einer genauen Standortbestimmung Deines Lebens iterativ und durch sogenanntes Ausprobieren, den Leben an, die zu Dir passen. Und das ist kein Tippfehler, denn es gibt mehr als eine Option.

Lebe ab 2018 in Deinem Life Design!

Anna Abelein als Design Thinkerin von Protostart und Ines Dauth als Arbeitsmarkt- und Netzwerkexpertin werden die Life Design Treffen moderieren. Dafür stehen uns wunderschöne Räume im Grafenberger Wald zur Verfügung.

Honorar und Termine: auf Anfrage

Die Teilnehmerzahl ist auf 6 begrenzt.

Anmeldung und alle Eure Fragen an:

Anna Abelein 021154761342 anna.abelein@protostart.de

Ines Dauth 021156657212 netzwerkerin@inesdauth.de

Schritt 1: Auftakt und persönliche Standortbestimmung: Beginne wo Du bist

Life Design Thinking kann Dir helfen, den Weg in Deine Zukunft zu gestalten, egal in welcher Situation Du Dich befindest und vor welcher Herausforderung Du stehst. Doch bevor Du Dich mit der Lösung Deines Problems beschäftigen kannst, müssen wir erstmal gemeinsam herausfinden, wo Du bist und welche Probleme sich hinter Deiner aktuellen Situation verbergen.

Bei dieser Auftaktveranstaltung werden wir erst gemeinsam in die Idee des Life Design Thinking eintauchen und mit verschiedenen Life Design-Methoden eine Standortbestimmung Deines aktuellen Lebens machen. Nach Hause gehst Du nach unserem Auftakt mit einigen Hausaufgaben, die Dir helfen, Deinen Standort noch klarer zu bestimmen.

Glaubenssatz: *Ich muss schon wissen, wohin ich gehe.*

Reframing: *Ich kann nicht wissen wohin ich gehe, solange ich nicht weiß, wo ich gerade bin.*

Schritt 2: Mein Leben - Meine Leben (3x Plan A)

Nach unserem gemeinsamen Auftakt geht es im zweiten Treffen darum, das vertiefte Wissen über den eigenen Standort zu nutzen, um verschiedene Lebensoptionen anzudenken.

Dabei gehen wir ganz im Sinne des Design Thinking davon aus, dass es nicht den EINEN richtigen Lebensentwurf gibt, der schon feststeht, sondern dass wir aus einer Vielzahl an möglichen Optionen iterativ das für uns jetzt passende Leben gestalten.

In diesem Treffen wirst Du basierend auf dem Wissen der Standortbestimmung verschiedene mögliche Life Designs kreieren, die dann im nächsten Schritt die Grundlage für Dein Prototyping sind.

Glaubenssatz: *Ich muss das bestmögliche Leben designen, dann einen Plan machen und diesen umsetzen.*

Reframing: *Es gibt viele unterschiedliche Leben (und Pläne) in mir, ich werde zunächst eines wählen, welches ich verfeinern möchte, um auf meinem eigenen Weg den nächsten Schritt zu tun und vorwärts zu kommen.*

Schritt 3: Prototyping

„Minimiere das Risiko.“

In diesem Schritt leitest Du aus Deinen Life Designs in einem iterativen und kreativen Prozess konkrete erste Handlungen ab.

Schlau ist es, wenn Du früh andere um Dich herum einbeziehst und Dir eine Community aufbaust und mit Fragen löcherst. Dein Netzwerk wiederum kennt sicher Menschen, die Dir zu konkreten Themen Rede und Antwort stehen können. Neben der reinen Daten- und Faktensammlung wirst Du erste Erfahrungen in Deinen Life Designs sammeln, manchmal auch nur für ein paar Stunden in ganz konkreten praktischen Übungen. Denn dann kannst Du sehr schnell entscheiden, welche Life Designs Du weiterverfolgen möchtest.

Wir bereiten mit Dir die Life Design Interviews sorgsam vor. Es ist kein Job Interview, sondern ein Expertengespräch, bei dem Du durch Storytelling viele Erfahrungen Deines Gesprächspartners mitnimmst. Und frage immer nach weiteren Empfehlungen.

Der wichtigste Baustein in diesem Schritt ist das gemeinsame und moderierte Brainstorming. Dein Life Design Team unterstützt Dich intensiv bei der Ideenfindung. So erhältst Du eine hohe Ausbeute ohne Bewertung.

Nun gehst Du noch einmal mit neuen Ideen in einer weiteren iterativen Schleife in Dein Netzwerk.

Schritt 4: START

„Glück ist loslassen, was man nicht braucht.“

Im letzten Schritt reduzierst du die Anzahl deiner Prototypen auf max. 5 Möglichkeiten, wobei alle anderen nicht verloren gehen werden.

Wir leiten beispielhaft die Methode des Grokking (= Hineinfühlen) an, idealerweise probierst Du diese dann 1-3 Tage lang mit jeder ausgewählten Alternative aus.

Du wirst mit einem Prototypen starten, dazu stehen und schauen, was passiert. Es geht um eine gute Wahl und nicht um die bestmögliche.

Mit allen vier Schritten hast Du das Rüstzeug und ein Team, mit dem Du iterativ einzelne Schritte wiederholen oder den ganzen Prozess neu starten kannst.

Wir bieten Update Termine an und empfehlen Dir, spätestens nach einem Jahr, Deinen Standort (mit uns) zu überprüfen und ggf. neu zu justieren.