

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. Das zweite Modul (1 ½ Tage) wird im BIO-Hotel FLACHSHAUS in Wachtendonk verbunden mit einer Übernachtung stattfinden. Alle anderen Module dauern einen halben Tag. Zwischen den Modulen finden wichtige Elemente der Selbstbeobachtung und Erkundung statt. Die Zeiten für die Nachbereitung bestimmt ihr selbst, dabei gilt aber, je intensiver, desto einfacher die Entscheidungsfindung;-).

Kosten p.P.: **1.360 € brutto** inkl. 1 Übernachtung/Vollpension

Ein unverbindliches Vorgespräch von ca. 1,5 Stunden ist zwingend erforderlich.

Termine: 07.04.2018 9:30-13:30 Uhr
27.04.2018 15-19 Uhr und 28.4.2018 9-17 Uhr
09.06.2018 9:30-13:30 Uhr
07.07.2018 9:30-13:30 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 begrenzt.

Anmeldung und alle Eure Fragen an:

Anna Abelein	021154761342	anna.abelein@protostart.de
Ines Dauth	021156657212	netzwerkerin@inesdauth.de

Unverbindliches Vorgespräch:

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. Manchmal stellt sich in der Bestandsaufnahme heraus, dass vor der Arbeit mit der Gruppe im Workshop noch einige Dinge (ggf. mit Unterstützung eines Coaches, den wir gerne zur Seite stellen) in Eigenregie zu klären sind. Vereinbare dazu einen persönlichen Termin mit uns.

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

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.*

Termin: 07.04.2018 9:30 Uhr – 13:30 Uhr

Ort: Hirschburgweg 5, Düsseldorf-Grafenberg

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 1 ½ tägigen 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. 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.

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.*

Termin: 27.04.2018 15 Uhr – 28.04.2018 17 Uhr

Ort: BIO-Hotel FLACHSHAUS in Wachtendonk

Schritt 3: Prototyping

„Minimiere das Risiko.“

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

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 Jobinterview, 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.

Termin: 09.06.2018 9:30 Uhr – 13:30 Uhr

Ort: Hirschburgweg 5, Düsseldorf-Grafenberg

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.

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

Gemeinsam feiern wir eure ersten Entscheidungen auf dem Weg in euer Life Design!

Termin: 07.07.2018 9:30 Uhr – 13:30 Uhr

Ort: Hirschburgweg 5, Düsseldorf-Grafenberg

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 (gerne mit uns) zu überprüfen und ggf. neu zu justieren.