

Literatur- und Linkempfehlungen zur Berufsorientierung

- Bolles, Richard Nelson/Brooks, Katherine: ***Durchstarten zum Traumjob. Das ultimative Handbuch für Ein-, Um- und Aufsteiger***, 12. kompl. überarb. u. aktualis. Aufl. 2021.

→ Karriereklassiker sowohl für Berufsanfänger als auch für den beruflichen Wechsel. Welcher Beruf passt zu den eigenen Fähigkeiten und begeistert einen? Welche Methoden der Jobsuche sind erfolgreich? Ist der Weg in die Selbständigkeit eine Option? Wie geht man eine Existenzgründung an? Welche beruflichen Möglichkeiten gibt es im Ausland? Wie präsentiert man sich optimal im Vorstellungsgespräch und bei Gehaltsverhandlungen? Wie hat sich der Arbeitsmarkt verändert und welche neuen Bewerbungstools gibt es? Das Buch enthält zahlreiche Übungen und einen Anhang mit weiterführenden Adressen, Tipps und Informationen für Deutschland, Österreich und die Schweiz.

- Glaubitz, Uta: ***Der Job, der zu mir passt: Das eigene Berufsziel entdecken und erreichen***, 6. komplett überarb. Aufl., Frankfurt a.M. 2014.

→ 1. Teil: Anleitung zur Selbstreflexion und Situationsanalyse: Was kann ich gut? Was will ich? Welcher Beruf passt dazu? Wo arbeiten Menschen, die diese und jene Fähigkeiten haben? Was würde ich tun, wenn ich nicht scheitern könnte? 2. Teil: Workshop zur individuellen Berufsfindung. 3. Teil: zusätzlicher Wissensteil zu u.a. Kontaktpflege, Selbstbewusstsein, Lücken im Lebenslauf etc. sowie Tipps speziell für Schulabsolvent*innen/junge Orientierungssuchende. Sehr narrativer Ansatz für Orientierungssuchende, die gerne anhand von Beispielen anderer lernen.

- Gulder, Angelika: ***Aufgewacht! Finde das Leben, das dich glücklich macht***, Frankfurt a.M. 2017.

→ Gulder versucht einen in diesem Ratgeber mit Hilfe eines Lebenstraum-Navigators an die persönliche Berufung heranzuführen. Miteinbezogen werden dabei individuelle Vorlieben und Leidenschaften, lange vergessene Kindheitsträume, Träume vom perfekten Leben, Glaubenssätze, was einen motiviert und Glück verschafft.

- Hofert, Svenja: ***Mindshift: Mach dich fit für die Arbeitswelt von morgen***. Frankfurt a. M. 2019.

→ Hoferts Ausgangsthese ist, dass sich die Arbeitswelt in einem ungekannt schnellen Tempo entwickelt. Sie folgert daraus, dass einige Erfolgsstrategien, die noch bis vor Kurzem in der Arbeitswelt hilfreich waren, angepasst oder ersetzt werden müssen, was die eigene Persönlichkeitsentwicklung, Haltungen und Handlungsstrategien gegenüber der Um- und Arbeitswelt anbelangt. Daher gibt sie weniger Tipps zu Bewerbungsstrategien und dem heutigen Arbeitsmarkt als viel mehr Anregungen, den eigenen Mechanismen und Strukturen auf die Spur zu kommen und sich mit neuen zentralen Skills für die Berufswelt vertraut zu machen.

- Hofert, Svenja: **Was sind meine Stärken?: Entdecke was in dir steckt**, Offenbach 2016.
- Hofert, Svenja: **Karriere mit System: Die 7 besten Strategien für Ihren Erfolg**. Frankfurt a. M. 2014.
→ In diesen beiden Büchern gibt Hofert anhand von unterschiedlichen Persönlichkeits- und Karrieretypen (unterstützt durch Selbsttests) konkrete Tipps zur aktiven Gestaltung des eigenen Berufsweges.
- Ley, Jochen/Zechner, Hedda (Hrsg.): **Geisteswissenschaften studieren – und dann? Berufsfelder und Perspektiven**, Stuttgart 2021.
→ Der erste Teil des Buches gibt einen Überblick über die Fähigkeiten und Kompetenzen, die Geisteswissenschaftler*innen im Studium erwerben und untersucht die Zukunft der Arbeit sowie die Chancen für Geisteswissenschaftler*innen im 21. Jahrhundert. Im zweiten Teil berichten 21 Geisteswissenschaftler*innen in Interviews über ihr Studium, ihren Weg in die Berufstätigkeit, über Herausforderungen und Chancen und geben Tipps für die berufliche Zukunft.
- Newport, Cal: **Die Traumjoblüge: Warum Leidenschaft die Karriere killt**, Frankfurt a. M. 2013.
→ Wem die Ideen von Leidenschaften, die zur Berufung und nicht „nur“ zum Job führen, zu idealistisch sind, der findet in Newport einen Kritiker, der rein interessensgeleiteten Berufswahl.
- Neubauer, Aljoscha: **Mach was du kannst: Warum wir unseren Begabungen folgen sollten und nicht nur unseren Interessen – Mit Selbsttests**, München 2018.
→ Europäische Alternative zu Cal Newports Ratgeber.
- Pflaum, Stephan: **Der Karriere-Kompass für Studierende. Ein Arbeitsbuch zur Selbstreflexion und Orientierung**, Wiesbaden 2020.
→ Dieses Buch richtet sich an Studierende aller Fachrichtungen, in allen Phasen des Studiums. Es soll Orientierung geben und den späteren Übergang vom Studium in den Beruf erleichtern. Dabei leitet es dazu an, ein eigenes, selbstbewusstes Bild von Karriere zu entwickeln, sich seiner Kompetenzen bewusst zu werden, Studien- und Karrierepläne zu formulieren und umzusetzen sowie überzeugende Bewerbungsunterlagen zu erstellen. Auch gibt es Tipps zu den ersten hundert Tagen im neuen Job und enthält hilfreiche Check- und Arbeitslisten.
Über den OPAC der UB können Studierende den Karriere-Kompass kostenlos herunterladen:
<https://link.springer.com/book/10.1007/978-3-658-28847-1>
Wer sich in der Career Community des Career Service der LMU registriert, erhält ein Printexemplar auf Wunsch kostenfrei:
<https://www.lmu.de/de/workspace-fuer-studierende/career-service/career-community-events/index.html>
- Sher, Barbara: **Ich könnte alles tun, wenn ich nur wüsste, was ich will**, 16. Aufl., München 2021.
→ Sher leitet in ihrem Buch dazu an (wieder) Zugang zu den eigenen Wünschen und Träumen zu finden, diese in konkrete Ziele zu verwandeln und Schritt für Schritt zu verwirklichen. Ihr Buch ist ein Klassiker in den Bereichen der Selbstfindung, Persönlichkeitsentwicklung und Sinnsuche. Dabei geht sie auf Hindernisse ein, die der Selbstentfaltung im Wege stehen wie Erwartungshaltungen anderer, innere Blockaden, Bedürfnis nach Sicherheit, Angst vor Erfolg, Stress und Interessenlosigkeit. Für Menschen, die sich nicht auf eine einzige Leidenschaft oder Berufung festlegen können, hat Sher den

Begriff „Scanner“ geprägt, diesen in unterschiedliche Typen unterteilt und konkrete Ideen entwickelt, um ihre zahlreichen Interessen und Leidenschaften im Leben unterzubringen. Mit kreativen und visionären Übungen geht sie auf Ideensuche. Einzelne Fragen und Übungen lassen sich gut herausgreifen, so dass es nicht unbedingt notwendig ist, das Buch Kapitel für Kapitel durchzuarbeiten.

- **Whatchado** – Web-Portal mit Video-Interviews aus unterschiedlichen Branchen:
<https://www.whatchado.com/de/stories>

→ das österreichische Karriereportal versteht sich als Handbuch der Lebensgeschichten, in dem Menschen nach immer dem gleichen Schema von ihrem Beruf und Werdegang erzählen, um die unterschiedlichen beruflichen Wege vergleichbar zu machen. Außerdem bietet das Portal die Möglichkeit Videos aufgrund eines Neigungs-Abgleichs herauszufiltern, in denen die Berufstätigen dieselben Fragen gleich oder ähnlich beantwortet haben wie man selbst.

(Stand: 2022)