



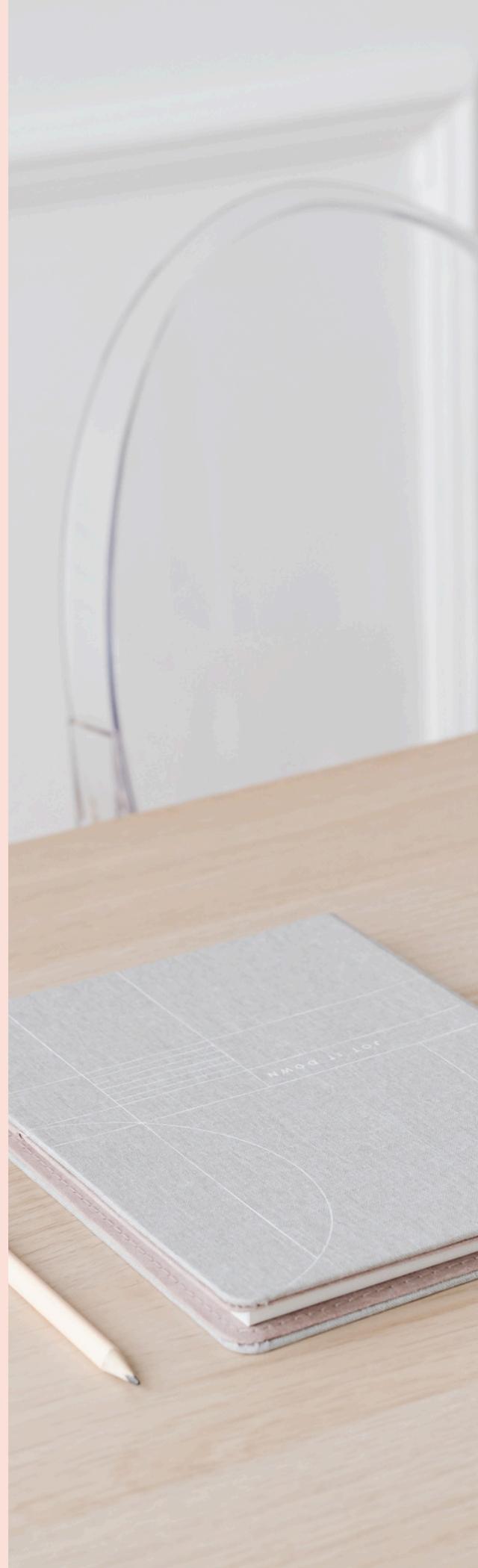
# KLARHEITS KOMPASS

Workbook | 2025

Impulse statt Lösung –  
dein Startpunkt für  
berufliche (Neu)Orientierung



“  
**NEW**  
”



# INHALT

**SEITE 4 –  
EINLADUNG ZUR REFLEXION**

**SEITE 5 –  
REFLEXION: WO STEHST DU GERADE?**

**SEITE 6 –  
EIN BILD DER ZUKUNFT & EIN KLEINER SCHRITT**

**SEITE 7 –  
DEINE VISION**

**SEITE 9 –  
EINLADUNG ZUR BEGLEITUNG**



# Hallo!

Ich bin Alexandra. Als Karriereberaterin verbinde ich systemisches Denken mit praktischen Werkzeugen. Ich glaube daran, dass Arbeit nicht nur Mittel zum Zweck sein muss, sondern ein Ort, an dem Menschen wachsen, gestalten und Freude finden dürfen. Mit diesem Workbook möchte ich dich dabei unterstützen, Klarheit in deiner beruflichen Orientierung zu finden.

*Alexandra*

[alexandradalek.de](https://alexandradalek.de)  
[hallo@alexandradalek.de](mailto:hallo@alexandradalek.de)



# Klarheits- Kompass

**Impulse statt Lösung –  
dein Startpunkt für  
berufliche (Neu)Orientierung**

Dieses Mini-Workbook ist ein Denkraum für dich. Es begleitet dich durch erste Reflexionsfragen, wenn du das Gefühl hast:

- "Ich weiß nicht, ob ich hier richtig bin."
- "Ich weiß nicht, wohin ich passe."
- "Ich habe das Gefühl, festzustecken."

Du brauchst keine schnelle Lösung, nur ein bisschen Mut, genau hinzuschauen. Leider gelingt uns das nicht einfach nebenbei. Es erfordert einen Schritt hinaus aus der täglichen Routine, eine Pause und Zeit zum Reflektieren. Also nimm dir Zeit und mache den ersten Schritt...

**Fang an. In deinem Tempo.**

*Trust the Process*

# WO STEHST DU GERADE?

Was zeigt sich, wenn du innehältst? Nimm dir **10 Minuten** Zeit. Spüre in dich hinein. Und schreib, was kommt – **ohne Zensur**. Du kannst dich an den folgenden Fragen orientieren.

- Was läuft gut in deinem Alltag? Was gibt dir Energie?
- Was raubt dir Kraft oder nervt dich regelmäßig?
- Wann hast du dich zuletzt lebendig, klar oder motiviert gefühlt? Wobei?
- Wann arbeitest du im Flow?
- Was vermisst du aktuell?

Du kannst Stichworte notieren oder frei schreiben. Es geht nicht um richtig oder falsch – nur um **Ehrlichkeit**.









# Ein Bild der Zukunft & ein kleiner Schritt

## Was wäre, wenn...

Im Coaching arbeite ich oft mit der sogenannten Wunderfrage. Stelle dir vor, dein Karriereanliegen ist **wie durch ein Wunder** über Nacht geklärt.

*Like Hollywood*



## Beantworte dir folgende Fragen:

- Was ist anders?
- Woran merkst du die Veränderung?
- Wie reagieren dir nahestehende Personen darauf?

## Wenn dir das schwerfällt, dann beginne so:

- Ich würde morgens aufstehen und...
- Ich hätte mehr Zeit für...
- Ich würde mich weniger...
- Ich hätte mehr...

# DEINE VISION

Visualisiere dir deinen Tagesablauf vom ersten Weckerklingeln an. Gib deiner Vision **starke Bilder**, denn sie zeigt dir die **Richtung**, in die du dich bewegen möchtest, sie hilft dir **Energie** freizusetzen und sie gibt dir die **Motivation**, dein **Ziel** zu erreichen.

Wenn du magst, erstelle dir ein Vision Board.

## Und jetzt ganz konkret:

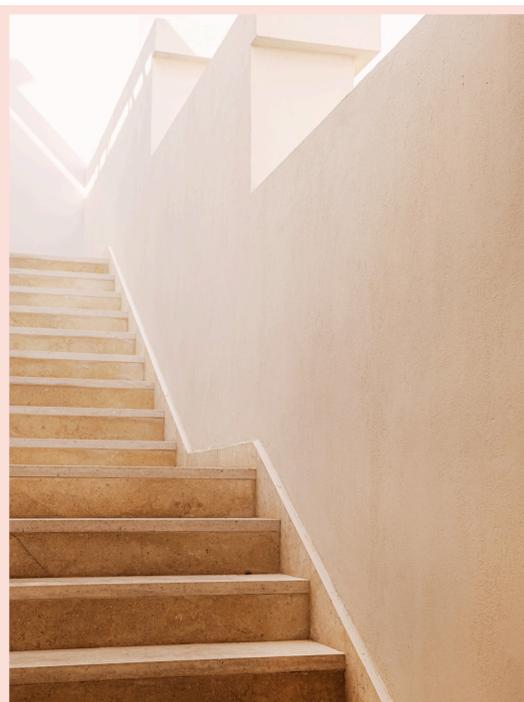
Was wäre ein kleiner Schritt, den du noch diese Woche tun könntest, um dich dieser Vision zu nähern?

## Mein nächster Schritt:

---

---

---



**Eines Tages oder  
Tag eins.  
Du entscheidest**

# VISION BOARD

*Karriere*



# Einladung zur Begleitung

**Du hast begonnen. Nicht alles muss jetzt schon klar sein.**

Aber du hast hingeschaut – und das ist nicht selbstverständlich.

Wenn du magst, begleite ich dich weiter. Nicht mit schnellen Antworten, sondern mit **Haltung, Struktur und Raum für dich**. Wenn du Lust hast auf eine Karriereberatung, die sich anfühlt wie ein **Gespräch mit einer Freundin – nur mit Plan**, dann schreibe mir doch.

**Ich freue mich drauf.**



## **Lust auf mehr?**

### **Fokus-Session (30 Min):**

Erste Orientierung

### **Coaching-Paket „Mein Weg“:**

Drei Termine – tiefer gehen, Klarheit entwickeln

Mehr dazu findest du auf meiner Website.

**[alexandradalek.de](http://alexandradalek.de)**

**[hallo@alexandradalek.de](mailto:hallo@alexandradalek.de)**