

# Was ist biografische Gestaltungskompetenz?

Die Fähigkeit, den eigenen Lebenslauf aktiv zu gestalten, wird immer wichtiger. Sie ermöglicht uns, in der modernen Arbeitswelt zu bestehen.

Biografische Gestaltungskompetenz verbindet Selbstreflexion mit zukunftsorientiertem Handeln. Sie hilft uns, unseren persönlichen Weg zu finden.

 von Stephan Weber





# Grundlagen der biografischen Gestaltungskompetenz



## Selbstverantwortung

Man übernimmt aktiv Verantwortung für die eigene Lebensgestaltung.



## Biografiearbeit

Die bewusste Gestaltung der eigenen Lebensgeschichte steht im Mittelpunkt.



## Anpassungsfähigkeit

Flexibles Reagieren auf veränderte Arbeits- und Lebensbedingungen ist entscheidend.

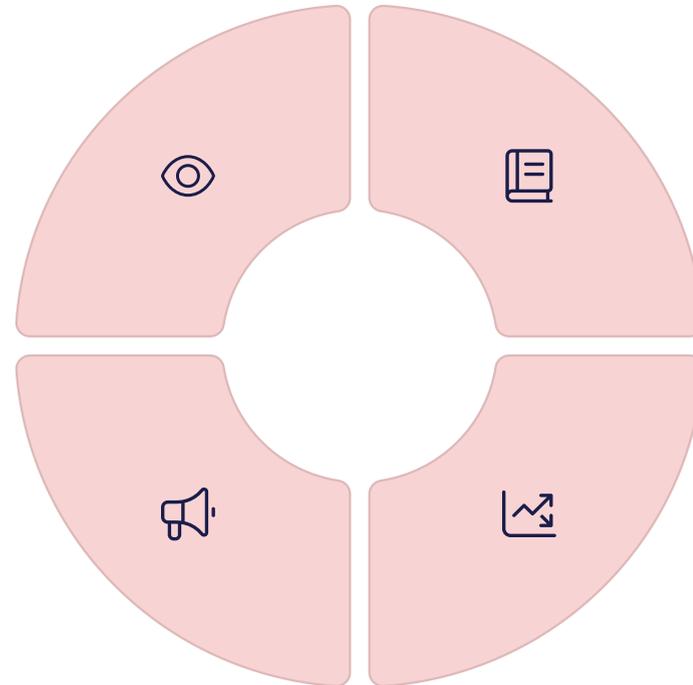
# Kernelemente der biografischen Gestaltungskompetenz

## Selbstreflexion

Das bewusste Nachdenken über eigene Stärken, Schwächen und Ziele.

## Selbstmarketing

Die wirksame Präsentation der eigenen Fähigkeiten nach außen.



## Lernkompetenz

Die Fähigkeit zum eigenständigen, lebenslangen Lernen.

## Kompetenzorientierung

Der strategische Umgang mit persönlichen Stärken und Schwächen.



# Selbstreflexion und biografisches Bewusstsein



## Vergangenheit verstehen

Die eigene Lebensgeschichte als kontinuierlichen Prozess erkennen.



## Muster erkennen

Den "roten Faden" in den eigenen Entscheidungen identifizieren.



## Zeithorizonte verbinden

Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft als Einheit betrachten.

# Lernkompetenz und Anpassungsfähigkeit

## Lernbedarfsanalyse

Man erkennt selbständig, welche Fähigkeiten entwickelt werden müssen. Dies geschieht durch regelmäßige Reflexion und Feedback.

## Vielfältige Lernwege

Formelle Bildungsangebote werden mit informellen Lernmöglichkeiten kombiniert. Online-Kurse ergänzen praktische Erfahrungen.

## Kontinuierliche Entwicklung

Die persönliche Weiterentwicklung wird als lebenslanger Prozess verstanden. Jede Erfahrung bietet Lernpotenzial.



# Kompetenzprofil und Selbstmarketing





# Biografische Gestaltungskompetenz in der Praxis

## Veränderungen integrieren

Berufliche Umbrüche werden als Teil der eigenen Geschichte angenommen. Aus Herausforderungen entstehen neue Chancen.

## Balance finden

Äußere Anforderungen werden mit persönlichen Zielen in Einklang gebracht. Work-Life-Balance wird aktiv gestaltet.

## Karriere gestalten

Die berufliche Laufbahn wird proaktiv und zielgerichtet entwickelt. Entscheidungen erfolgen bewusst und strategisch.



# Biografische Gestaltungskompetenz als Schlüssel zum Erfolg



## Moderne Arbeitswelt

Flexibilität und Selbststeuerung werden immer wichtiger. Biografische Kompetenz schafft Wettbewerbsvorteile.



## Resilienz fördern

Die Widerstandsfähigkeit gegenüber Veränderungen wächst. Krisen werden leichter gemeistert.



## Persönliches Wachstum

Die Grundlage für kontinuierliche Entwicklung ist gelegt. Beruflicher und persönlicher Erfolg gehen Hand in Hand.