

**Young Professionals.**

Karriereplanung sei Lebensplanung, sagt Coach Christian Holzer. Er verhilft zur richtigen Work-Life-Balance.

**SALZBURG (SN-roi).** Chris Holzer ist Karrierecoach, Unternehmensberater und seit 2009 Projektleiter des EU-Projekts „zeitbalance – betriebliches Work-Life-Coaching“. Der studierte Politologe und Germanist blickt auf 25 Jahre Berufserfahrung zurück und ist als Systemischer Coach und Sozialmanager ausgebildet.

**Karriere richtig planen**

In seiner Praxis als Karrierecoach hat er im Laufe der Jahre vier Elemente festgestellt, entlang derer die Karriereplanung positioniert werden kann. Ziele herauszufinden und diese zu verfolgen sei genauso wichtig im Karriereprozess wie über die eigenen Stärken Bescheid zu wissen: „Mit Intuition und nicht nur mit Schweiß an die Karriereentwicklung heranzutreten, rate ich meinen Klienten ebenso wie sich über die Marktlage in den Wunschsegmenten einen Überblick zu verschaffen. Ich muss die Liga kennen, in der ich spielen will. Viele junge Menschen sehen das Studium immer noch abgekoppelt vom Karriereeinstieg.“ Darüber hinaus würden eigene Fähigkeiten abseits vom unmittelbaren Berufsziel mitunter ebenfalls wenig beachtet.

**Work-Life-Balance finden**

Holzer berät seit geraumer Zeit auch in Work-Life-Balance-Fragen, dem nächsten Schritt, nach dem der Karriereeinstieg geglückt ist. Wie schaffen es Chefs und Mitarbeiter, über

Viele sehen das Studium immer noch abgekoppelt vom Karriereeinstieg.

**Christian Holzer, Coach**

# Karriereplanung mit Hirn und Intuition



**Karrierecoach mit Durchblick:**  
Chris Holzer.

Bild: SN/HOLZER

Jahre hinweg kreativ, motiviert und mit ausreichend Energie versorgt tagtäglich ans Werk zu gehen? „Arbeit, Gesundheit, soziale Beziehungen und Sinn sind vier Aspekte, die, richtig in Balance gebracht, eine Formel für dauerhaften Erfolg privat und in der Arbeit darstellen“, sagt Chris Holzer. „Das Ziel ist, gesund zu bleiben (Salutogenese) und nicht zu arbeiten bis zum Umfallen, auch wenn man in jungen Jahren fast unerschöpfliche Energiereserven zu haben scheint. Es gilt in jungen Jahren den Grundstein für später zu legen, Experimente und

nicht ausgetretene Pfade mit eingeschlossen.“

**Verknüpfung im Vortrag**

In seinem Vortrag auf dem Karriereforum präsentiert Holzer die vier Säulen der Karriereplanung: Ziel – Stärken – Intuition – Firmenorientierung. Er stellt einen Zusammenhang zwischen Karriereplanung und Work-Life-Balance her. Ganz nach seinem Motto: Wertschätzung für Menschen, Wertschöpfung durch Wertschätzung.

In einem Live-Coaching-Teil wird der Karrierecoach darü-



ber hinaus mit Studierenden aus dem Publikum eine Stärkenanalyse nach seiner 3R-Methode durchführen: Hierbei werden die persönliche Kernkompetenz sowie zusätzliche Fähigkeiten auf Basis von fachlicher, methodischer und sozialer Kompetenz und der Werteebene herausgearbeitet. „Nur in dem, was man gern tut, ist man gut“, ist Holzer überzeugt, der auch darauf hinweist, dass sich viele Menschen der eigenen Stärken nicht ausreichend bewusst sind.

„Man sollte sich sowohl überlegen, was einem bisher gut gelungen ist, als auch wie man gern arbeitet – ob man lieber Teil einer Gruppe ist oder eher der ‚Tüftler‘, der gern allein zu Lösungen kommt. Denn all dies spielt auch später im Arbeitsleben eine entscheidende Rolle“, weiß Holzer und ergänzt: „Diese grundlegenden Überlegungen werden noch mit dem Einsatz der eigenen Intuition komplettiert.“ Denn intuitives Handeln mache komplexe Problemlösungen möglich und Sorge für langfristige Tragfähigkeit. „Der Einsatz von Intuition bedeutet Wettbewerbsvorteil und Erfolg und fördert langfristig auch Gesundheit und Ausgeglichenheit.“

**Vortrag/Coaching**

Christian Holzer beim Karriereforum: Karriereplanung ist Lebensplanung – Work-Life-Balance für „Young Professionals“. 12–13.20 Uhr (siehe auch Programm Seite 19).