

## Ihre Unterstützung - 10 Fragen

Die Unterstützung, die Sie in Ihrem Umfeld erhalten, ist ein zentraler Aspekt für die Erreichung Ihrer beruflichen und persönlichen Ziele. Auf wen und was können Sie aktuell zählen, um Ihre Tätigkeit aufrechtzuerhalten oder weiterzuentwickeln? Dieser Fragebogen wird Ihnen dabei helfen zu erkennen, womit Sie weiterkommen können.

### Items (Fragen)

Nr. Skala	Aussage	Stichworte	Tipp (Antwort 1-5)	Tipp (Antwort 6-10)
1	Weiterentwicklungsmöglichkeiten	Meine aktuelle Stelle bietet Weiterentwicklungsmöglichkeiten, sei es in Bezug auf die Aufgaben, den Lohn oder die Verantwortlichkeiten.		Erweitern Sie Ihren Horizont, indem Sie beim Berufsverband Ihrer Branche Informationen einholen.
2	Herausforderungen	In meiner aktuellen Stelle kann ich meine beruflichen und persönlichen Kompetenzen nutzen und weiterentwickeln.		Bevor Sie sich nach etwas anderem umschaun, versuchen Sie in Ihrem aktuellen Unternehmen Vorschläge zu machen oder Initiativen zu ergreifen. Beobachten Sie, wie diese aufgenommen werden.
3	Eindeutigkeit der Ziele	Die zu erledigenden Aufgaben und die festgelegten Ziele im Rahmen meiner aktuellen Stelle sind klar und sinnvoll.		Äussern Sie Ihren Wunsch nach Klarheit gegenüber Ihren Vorgesetzten oder suchen Sie Unterstützung bei Ihren Kolleginnen/Kollegen.
4	Anerkennung	Meine Kompetenzen und mein Engagement werden innerhalb meines Unternehmens gut anerkannt.		Versuchen Sie, Ihre Erfolge und realisierten Arbeiten hervorzuheben und scheuen Sie sich nicht, Ihre Person in den Vordergrund zu stellen.
5	Unterstützung durch Vorgesetzte	Meine Vorgesetzten unterstützen mich in meiner beruflichen Weiterentwicklung.		Äussern Sie Ihr Bedürfnis nach Unterstützung und Ihre Erwartungen in Bezug auf Verbesserungen klar gegenüber Ihren Vorgesetzten.

6	Weiterbildung	Ich verfüge innerhalb meines Unternehmens oder meines Berufsfelds über Weiterbildungsmöglichkeiten.		Erkundigen Sie sich nach Weiterbildungsmöglichkeiten ausserhalb Ihrer Organisation.	
7	Digitale Hilfsmittel	Die in meinem Unternehmen oder meiner Organisation verwendeten digitalen Hilfsmittel sind aktuell und werden sinnvoll genutzt.		Versuchen Sie, sich in Ihrer Freizeit im Bereich Informatik auf dem Laufenden zu halten.	
8	Soziale Anerkennung	Mein beruflicher Status wird von meinen Kollegen/Kolleginnen und meinem privaten Umfeld anerkannt.		Sprechen Sie vor allem mit Personen, die Ihre berufliche Funktion am meisten respektieren oder wertschätzen.	
9	Private Unterstützung	Meine Familie und mein Freundeskreis unterstützen mich bei meinen beruflichen Überlegungen und Vorhaben.		Erweitern Sie Ihren Bekanntenkreis, kontaktieren Sie zum Beispiel ehemalige Kolleginnen/Kollegen, denen Sie vertrauen, um über Ihre Anliegen zu sprechen.	
10	Allgemeine Unterstützung	Ich fühle mich bei meinen Überlegungen und Aktivitäten in Bezug auf meine berufliche Laufbahn grundsätzlich unterstützt.		Analysieren Sie die internen Möglichkeiten für einen Wechsel oder nehmen Sie eine radikalere Veränderung in Angriff.	Bauen Sie weiterhin auf die Unterstützung, die Sie in Ihrem Umfeld erfahren.

## Allgemeine Tipps

### Nr. Tipps

- 1 Mangelnde Unterstützung durch die Vorgesetzten kann manchmal durch eine gute Beziehung mit Arbeitskolleginnen/-kollegen oder beruflichen Kontakten kompensiert werden.
- 2 Die Familie und das persönliche Netzwerk sind in Bezug auf die berufliche Weiterentwicklung genauso wichtig wie das Unternehmen.
- 3 Mangelnde Unterstützung und Anerkennung können auf die Dauer zu einer beruflichen Erschöpfung führen.
- 4 Wenn Ihre Bitte um Unterstützung nicht gehört wird, sollten Sie über einen Stellen- oder Berufswechsel nachdenken.