

**Bin ich noch  
richtig im Job?**

**Die 15-Fragen-  
Klarheitsanalyse  
für Frauen ab 40**

**Struktur statt Grübeln.**

In 20 Minuten erkennst du, wo du wirklich stehst.

**S | T**  
Stefanie Tscholitsch

# Vielleicht läuft es „eigentlich ganz gut“...

und trotzdem fühlt es sich nicht mehr richtig an.

Du funktionierst.

Du leistest.

Du trägst Verantwortung.

Und trotzdem taucht immer wieder dieser  
Gedanke auf:

„War das jetzt alles?“

„Will ich das noch 10 Jahre machen?“

„Warum fühlt es sich so schwer an?“

Das ist kein Zeichen von Schwäche.

Es ist ein Zeichen von Entwicklung.

**Diese Analyse hilft dir, nüchtern zu prüfen:**

- Ist es nur eine Phase?
- Oder braucht es eine echte Veränderung?

# Warum du mir vertrauen kannst:

## Wer dich hier begleitet

Ich arbeite mit Frauen ab 40, die viel erreicht haben – aber innerlich spüren, dass sich etwas verschiebt.

Meine Arbeit basiert nicht auf Motivation.  
Sondern auf strukturierter Analyse.

Ich arbeite mit:

- dem LINC Profiler (Big Five)
- Werte- und Motivstrukturanalyse (JPP)
- systemischer Entscheidungsarbeit

Was mich auszeichnet:  
Ruhe. Klarheit. Struktur.

Wenn du hier wiedererkennst,  
bist du nicht falsch.  
Du bist gewachsen.



# So nutzt du diese Klarheitsanalyse

- Nimm dir 20–30 Minuten ungestörte Zeit.
- Antworte ehrlich mit Ja / Nein / Unsicher.
- Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten.
- Es geht nicht um Kündigung.
- Es geht um Klarheit.

**Am Ende bekommst du eine Einordnung.**

# 1. Energie & Alltag

Beantworte spontan.

- Fühlst du dich montags regelmäßig innerlich schwer?
- Hast du das Gefühl, nur noch zu funktionieren?
- Denkst du häufiger: „So kann es nicht weitergehen“?
- Freust du dich noch auf Projekte oder neue Aufgaben?
- Gehst du mit mehr Energie nach Hause, als du morgens hattest?

# REFLEXIONSIMPULS

Wenn du hier mehrfach gezögert hast, geht es nicht um Motivation.

Es geht um Energieverlust.

Und Energie ist ein ernstzunehmender Indikator.

## 2. Werte & Sinn

- Spiegelt dein Job wider, was dir heute wichtig ist?
- Haben sich deine Prioritäten in den letzten Jahren verändert?
- Erlebst du deine Arbeit als sinnvoll?
- Darfst du deine Stärken wirklich einsetzen?
- Würdest du deinen jetzigen Weg heute nochmal bewusst wählen?

# REFLEXIONSIMPULS

Wenn sich deine Werte verändert haben, dein Job aber nicht, entsteht innere Spannung.

Das ist keine Undankbarkeit.

Das ist Entwicklung.

# 3. Realistische Optionen

- Hast du konkrete Alternativen durchdacht?
- Weißt du, welche deiner Kompetenzen übertragbar sind?
- Kennst du deine finanziellen Spielräume?
- Hast du mit jemandem strukturiert darüber gesprochen?
- Weißt du, was dein nächster kleiner Schritt wäre?

# REFLEXIONSIMPULS

Viele Frauen bleiben nicht, weil sie zufrieden sind.

Sondern weil sie keine strukturierte Alternative sehen.

Unklarheit fühlt sich sicherer an als Veränderung.

# Deine Einordnung

Zähle deine „Ja“-Antworten.

## **0-4 Ja**

Du befindest dich wahrscheinlich in einer  
Anpassungsphase.  
Beobachten reicht im Moment.

## **5-9 Ja**

Du bist in einer echten inneren Verschiebung.  
Struktur würde dir helfen.

## **10-15 Ja**

Du brauchst keine Motivation.  
Du brauchst Klarheit und Entscheidung.

# REALITÄT

Wenn du seit Monaten dieselben Gedanken drehst  
wird Grübeln keine Lösung mehr sein.

Klarheit entsteht nicht durch Inspiration.

Sondern durch Analyse.

# Die 90-Minuten-Klarheitsanalyse

In einer strukturierten Sitzung klären wir:

- Was passt nicht mehr?
- Was trägt noch?
- Was ist realistisch?
- Was ist dein nächster Schritt?

Keine Kündigungsromantik.

Keine Schnellschüsse.

Keine Motivationsfloskeln.

Sondern nüchterne Entscheidungsarbeit.

# Abschluss & Einladung

Wenn du merkst,  
dass du dich seit Monaten im Kreis drehst,  
dann ist jetzt nicht der Moment  
für ein weiteres Buch.

Sondern für ein Gespräch.

**Hier kannst du deine Klarheitsanalyse buchen:**

 [stefanie.tscholitsch@gmail.com](mailto:stefanie.tscholitsch@gmail.com)

 [www.sternenwärts.de](http://www.sternenwärts.de)

“Du musst nichts überstürzen.  
Du musst nichts beweisen.

Aber du darfst aufhören,  
dich selbst zu übergehen.

Struktur schafft  
Handlungsspielraum.  
Auch finanziell.  
Auch emotional.”

**Klarheit ist kein Luxus.**

**Sie ist Verantwortung  
dir selbst gegenüber.**