

# Mein persönliches Klügelnetz

## Wie knüpfe ich mein Klügelnetz? Welche Kontaktpersonen umgeben mich?

Nutzen Sie die folgende Visualisierung und sehen Sie, auf welche Kontakte Sie bereits zurückgreifen können. Auf dieser Grundlage können Sie sich dann eine Strategie überlegen, wie Sie die bestehenden Kontakte für Ihre Ziele einbinden können.

1. Drucken Sie sich die Vorlage auf Seite 2 aus und schreiben Sie in den innersten Kreis Ihren Namen.
2. In den zweiten Kreis schreiben Sie Ihre Familie. Damit sind sowohl Eltern, Tanten, Onkel, Vetter, Cousinen, Großmütter, Großväter, sowie enge Freunde und Freundinnen gemeint. Tragen Sie hier alle Ihre Bezugspersonen aus dem engsten Kreis ein.
3. Im dritten Kreis erfassen Sie alle Kontaktpersonen aus Beruf und Ausbildung. Schreiben Sie die derzeit wichtigen Namen für Sie auf. Schulfreundinnen/-freunde, Lehrerinnen/Lehrer, Kolleginnen/Kollegen (frühere/heutige), Vorgesetzte, Kundinnen/Kunden,...
4. In den äußeren Rand Ihres Kreises setzen Sie Menschen, die Sie noch kennen. Nennen Sie hier max. 5 Personen, über die Sie schon viel wissen und max. 5 Personen, über die Sie relativ wenig wissen, von denen Sie aber glauben, dass sie für Ihre Ziele nützlich sein könnten. Beispielsweise Menschen, die Sie über Dritte (Kinder, Partner/-in, Freund/-in,...) kennengelernt haben oder aus Nachbarschafts- und Freizeitkreisen.



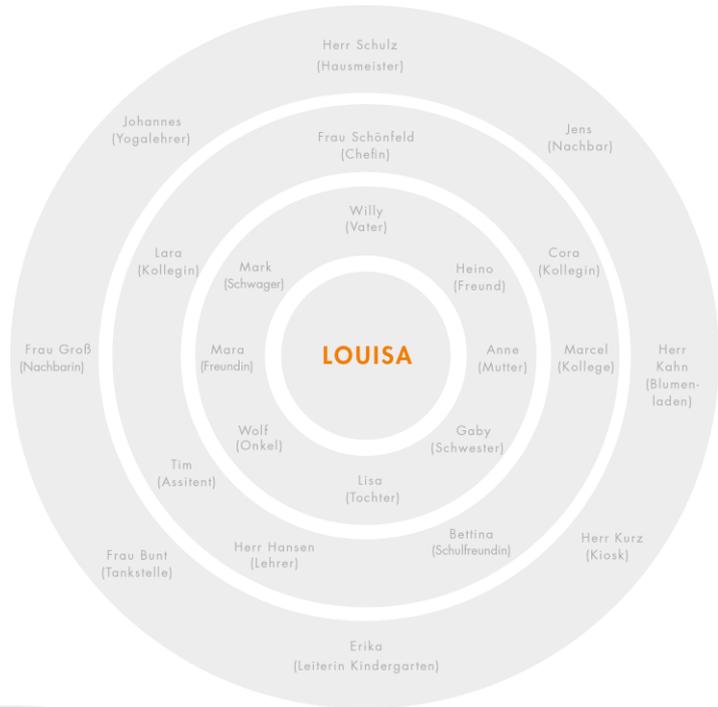
Geschäftsstelle  
Landkreis Heidenheim  
Telefon: 07321 321-2558  
frau-und-beruf@  
landkreis-heidenheim.de  
Geschäftsstelle  
Ostalbkreis  
Telefon: 0162 2631236  
frau-beruf@ostalbkreis.de

Kontaktstelle Frau und Beruf  
Ostwürttemberg

[www.frau-beruf.info](http://www.frau-beruf.info)

# Mein persönliches Klügelnetz

## Beispiel eines Klügelnetzes



## Ihr persönliches Klügelnetz



Geschäftsstelle  
Landkreis Heidenheim  
Telefon: 07321 321-2558  
frau-und-beruf@  
landkreis-heidenheim.de

Geschäftsstelle  
Ostalbkreis  
Telefon: 0162 2631236  
frau-beruf@ostalbkreis.de

# Kontaktstelle Frau und Beruf Ostwürttemberg

[www.frau-beruf.info](http://www.frau-beruf.info)