

Handlungsorientierte Beratung im Spektrum der Berufsrollen



www.berufsrolle-coaching.de

COACHING

Persönlichkeit und Berufsrolle

Coaching ~ Ihr Weg zur professionellen Berufsrolle.

Coaching unterstützt Sie dabei, ...

- ▶ Ihre Fragen und Unsicherheiten bezogen auf Ihre Berufsrolle zu reflektieren,
- ▶ mehr Klarheit über Ihre berufliche Situation zu gewinnen,
- ▶ Impulse für Veränderungen zu erhalten und
- ▶ verantwortungsvolle Lösungswege zu selbst bestimmten Zielen zu finden.

© Jochen Bindseil

Telefon: 06033/926714

E-Mail: info@berufsrolle-coaching.de

▶ **Coaching - Professionelle Beratung zur Berufsrolle**

Die eigene Berufsrolle hat man nicht ein für allemal für sich gefunden. Da steckt so viel Bewegung und Entwicklung drin, dass es ein lebenslanger begleitender Prozess ist, sich immer wieder auf neue berufliche Herausforderungen einzustellen, eigene berufliche Wachstumsimpulse umzusetzen oder sich in Grenzsituationen beruflich neu zu orientieren.

Die Berufsbiografien ändern sich und werden individueller. Was passiert dabei mit der Identität eines Menschen? Der Mensch ist gefordert, seine berufliche Rollenidentität zu erweitern, sich umfassender selbst zu verstehen und Neues zu wagen.

Was motiviert Sie, nach einem Beratungsangebot wie diesem zu suchen?

Sind es die äußeren Umstände, die Sie zu einer Änderung zwingen? Wünschen Sie sich von innen heraus eine Umkehr oder einen Kurswechsel? Sind Sie schon auf dem für Sie richtigen Weg, fühlen sich jedoch noch unsicher? Befinden Sie sich gerade im Aufbruch und gehen Sie auf neue Ziele zu? Oder erleben Sie Team-Konflikte, die Sie noch nicht verstehen und belasten?

"Ich biete professionelle Unterstützung für Ihre persönliche Weiterentwicklung und begleite Sie mit aktivierenden Methoden zu selbstbewusstem Auftreten im beruflichen Zusammenhang."

▶ **Was ist Coaching?**

- Ziele besprechen und den passenden Weg dorthin finden
- Rahmenbedingungen analysieren und Gestaltungsspielräume erkunden
- Ressourcen erkennen und als Stärken wahrnehmen
- Verhaltensmuster aufspüren und eigenes Verhalten reflektieren
- Handlungsblockaden ansprechen und überwinden
- Das persönliche Rollenrepertoire erweitern
- Sich im sozialen Beziehungsnetz verorten und sich mit anderen besser verstehen

Coaching unterstützt Sie dabei, Ihre Fragen und Unsicherheiten bezogen auf die Berufsrolle zu reflektieren, mehr Klarheit über die berufliche Situation zu gewinnen, Impulse für Veränderungen zu erhalten und verantwortungsvolle Lösungswege zu selbst bestimmten Zielen zu finden.

Handlungsorientierte Beratung im Spektrum der Berufsrollen

"Mein Beratungsangebot knüpft an der beruflichen Rolle an, ich bin gleichwohl von einem ganzheitlichen Blick auf den Menschen geleitet."

Handlungsorientierte Beratung im Spannungsfeld von Person und Rolle

Mit "Coaching" wird hier eine Beratungssituation und ein professionell begleiteter persönlicher Erkenntnis- und Veränderungsprozess beschrieben. Im Mittelpunkt steht der Mensch mit seinen Problemen, Schwierigkeiten, Bedürfnissen, aber zugleich auch seinen Visionen, Zielen und Umsetzungsmöglichkeiten. Neue oder stark fremdbestimmte Rollenanforderungen, unangenehme, belastende, scheinbar ausweglose Situationen erfordern ggf. eine Unterstützung bei der Klärung des Selbstverständnisses und der Handlungsperspektiven.

Coaching verstehe ich als vertrauensvolle persönliche Beratung. Ziel ist die Stärkung der Persönlichkeit im Spektrum der Berufsrollen. Selbstverständlich nehmen andere Lebensbereiche darauf Einfluss und werden im Sinne einer Work-Life-Balance angemessen wahrgenommen und berücksichtigt.

Am Anfang steht immer die individuelle Auftragsklärung: Was möchten Sie mit dem Coaching erreichen? Ist Coaching das Richtige für Sie und Ihr Anliegen?

Der zeitliche Umfang, der thematische Fokus, der Ziel-Horizont und die methodische Vorgehensweise im Coaching variieren, weil jedes Anliegen individuell und jeder Mensch einzigartig ist.

"Coaching" ist kein allgemeingültig definierter Begriff und kein von übergeordneten Instanzen festgelegtes inhaltliches Verfahren. Darum besteht die Freizügigkeit, im Gespräch zu klären, was Sie erwarten und was ich Ihnen anbieten kann, um zu einer bedarfsgerechten und förderlichen Zusammenarbeit zu kommen.

Coaching ist keine Therapie und kann keine Psychotherapie ersetzen. Coaching bietet Ihnen keine Rezepte und keine fertigen Strategien oder einfachen Antworten.

An wen richtet sich das Coaching-Angebot?

- Sie befinden sich in einer Phase der beruflichen Neuorientierung?
- Sie stehen vor einem Bewerbungsgespräch oder wollen sich intern weiterentwickeln?
- Sie wollen während der Einarbeitung einen begleitenden Berater an Ihrer Seite, um die neuen Herausforderungen besser bewältigen zu können?
- Sie möchten das Coaching-Angebot Ihres Arbeitgebers für sich nutzen?
- Sie wollen Ihre Rolle als Führungskraft reflektieren und bewusst gestalten?
- Beruflicher Erfolg ist für Sie mit Persönlichkeitsbildung verbunden?
- Sie sind von Outplacement oder Kündigung betroffen?
- Sie haben ganz individuelle Gründe für ein persönliches Beratungsgespräch?



Handlungsorientierte Beratung im Spektrum der Berufsrollen

Mögliche Fragen, mit denen Sie sich im Coaching konstruktiv und kreativ beschäftigen werden:

- Was ist mein Anliegen? Was möchte ich klären? Was will ich verändern? Welches Ziel nehme ich mir vor?
- Wie sehe ich mich selbst? Wie verstehe ich mich? Wie sehen mich wohl die anderen?
- Wie verhalte ich mich (bisher)? Welche Handlungsmöglichkeiten stehen mir zur Verfügung? Wie wird mein Verhalten wahrgenommen? Wie möchte und kann ich Rollenvorgaben mit meiner Persönlichkeit füllen?
- Welche geeigneten Problemlösungs- und Handlungsstrategien kann ich nutzen?
- Wie erweitere ich mein Rollenrepertoire?
- Welche persönlichen Stärken habe ich und wie kann ich sie zur Entfaltung bringen?
- Wo und auf welche Weise kann ich meine Vorstellungen verwirklichen?
- Wer steht mir zur Seite? Welches Netzwerk habe ich schon? Was kann ich tun, um gute Beziehungen zu knüpfen und zu pflegen?
- Welchen Stand, welche Rolle habe ich im Team? Wie löse ich Konflikte? Wie kann Zusammenarbeit verbessert werden?
- Wie gehe ich mit Emotionen um? Welche Bedeutung haben Gefühle für mich und mein Handeln?
- Burn-out - ein Thema für mich? Was gibt mir Halt? Was raubt mir Energie?

► **Konzept - Personal-Coaching im Spektrum der Berufsrollen**

Coaching unterstützt mit Struktur. Strukturierende Klärungsprozesse geben Orientierung bei komplexen Anforderungssituationen, sie wirken gegen inneres Chaos und helfen, Denkblockaden zu überwinden.

Das Konzept, das diesem Personal-Coaching zugrunde liegt, orientiert sich an sozialpsychologischen Rollentheorien. Im Spannungsfeld zwischen den vorgegebenen Rollen (Verhaltenserwartungen) und dem individuellen aktiven Rollenrepertoire (Verhaltensweisen) liegen persönliche Entwicklungsmöglichkeiten. Rollenkonflikte werden durch eine mehrperspektivische Betrachtungsweise besser verstanden und passende Lösungswege werden durch handlungsaktivierende Methoden (Beratungstechniken) gemeinsam erarbeitet. Die Erweiterung des eigenen Rollenrepertoires im Rahmen der beruflichen Gestaltungsspielräume (Strukturvorgaben wie Macht, Pflichten, Befugnisse, Verantwortlichkeiten) stärkt die Souveränität und kommt einer professionellen Berufsrollenidentität zugute.

Eine bewusste Reflexion der Berufsrolle mit dem Ziel der beruflichen Kompetenzerweiterung und persönlichen Stärkung unterscheidet sich kaum von Inhalten und Zielen einer Supervision. Ergänzend zum Beratungsgespräch werden je nach Coaching-Anliegen Erklärungsmodelle in den Beratungsprozess mit einbezogen, die als Hilfsmittel zum Selbst-Coaching (fokussierte Selbstreflexion) nützlich erscheinen. Als besondere Kompetenz können Elemente aus dem Psychodrama eingebracht werden. Psychodrama ist eine ganzheitliche und lebendige Methode, bei der szenisch gearbeitet wird (Aktionsmethode). Ursprünglich ist Psychodrama von Jakob L. Moreno als Gruppenpsychotherapie entwickelt worden. Im Einzel-Setting wird das Vorgehen angepasst. Auf der Basis des Menschenbildes, das dem Psychodrama zugrunde liegt, wird das berufliche soziale Beziehungsnetz methodisch vermittelt - nicht real (!) - in das Coaching mit einbezogen. Psychodramatische Techniken wie der Rollentausch, das Doppeln und der Spiegel sind für einen tiefgehenden Klärungsprozess absolut zielführend.

Für Menschen mit einem hohen Maß an beruflicher Eigenverantwortung sind Selbstmotivation, Selbstvertrauen und Selbstsicherheit wichtig, um ihre Handlungs- und Entscheidungsfähigkeit zu gewährleisten. Vielseitige und integrative Perspektiven stärken das Selbstbewusstsein und zielen auf eine Verbesserung der beruflichen Praxis.

Handlungsorientierte Beratung im Spektrum der Berufsrollen

"Coaching verstehe ich als vertrauensvolle persönliche Beratung. Ziel ist die Stärkung Ihrer Persönlichkeit."

Coaching-Themenfelder:

- Beziehungsgestaltung, Kommunikation und Konflikte
- Umgang mit beruflichen Veränderungen
- Selbstreflexion und persönliche Entwicklung
- Team-Situationen und Gruppendynamik
- persönlicher Erfolg / Misserfolg
- berufliche Neuorientierung und Zukunftsgestaltung
- alltägliche Arbeits- und Problemsituationen
- offene Entscheidungsfragen

Ausgewählte Literaturhinweise zum Thema "Aktionsmethoden in der Beratung":

Björn Migge: Handbuch Coaching und Beratung. 2., überarbeitete Auflage 2007. ISBN 978-3-407-36453-1, S. 371 ff.

Björn Migge beschreibt beispielhaft, wie Elemente aus dem Psychodrama im Coaching angewandt werden können.

Ferdinand Buer: Lehrbuch der Supervision. Schriften aus der Deutschen Gesellschaft für Supervision DGSv. ISBN 3-933158-25-7

Ferdinand Buer stellt den pragmatisch-psychodramatischen Weg zur Qualitätsverbesserung professionellen Handelns vor und bietet zudem ein Begriffslexikon.

Maren Fischer-Epe: Coaching: Miteinander Ziele erreichen. Herausgegeben von Friedemann Schulz von Thun. ISBN 3-499-61954-7

Maren Fischer-Epe öffnet den "Werkzeugkoffer", mit dem der Coach eine fokussierte Selbstreflexion des Klienten bewirkt.

► **Leistungen**

Es werden verschiedene Coaching-Formate angeboten:

- Einzel-Coaching
- Gruppen-Coaching (mit zwei und mehr Personen)
- Team-Supervision

Eine Coaching-Einheit kann 60 Minuten, nach Absprache auch bis zu 2 Stunden dauern. Der zeitliche Umfang variiert:

- einmaliges Beratungsgespräch
- zwei bis drei Beratungseinheiten
- vier bis ca. zehn Termine (Coaching-Prozess)
- kontinuierliche regelmäßige Begleitung

Selbstverständlich können Sie mit mir direkt Kontakt aufnehmen. Ich werde mit Ihnen Ihr Anliegen und alles weitere besprechen oder auf Ihre E-Mail antworten.

Die Kosten für Ihr Coaching werden davon abhängen, wo und für welchen Zeitraum wir uns treffen werden. Außerdem berücksichtige ich die finanziellen Rahmenbedingungen individuell.

Handlungsorientierte Beratung im Spektrum der Berufsrollen

► **Profil - Professionelle Ausbildung und persönliche Kompetenz**

Jochen Bindseil hat sein umfassendes Studium der Theologie, Erziehungswissenschaften, Psychologie und Soziologie 1991 in Marburg mit Diplom-Abschluss beendet. Seine berufs begleitende Weiterbildung zum Psychodrama-Leiter am Moreno-Institut Stuttgart dauerte über sieben Jahre. Seit 1999 leitet er Gruppen mit Psychodrama und begleitet Menschen im Einzel-Setting. Nach einer einjährigen Vollzeit-Weiterbildung hat er das Zertifikat "Personalreferent" erworben und sich mit aktuellen Anforderungen an eine erfolgreiche Personalentwicklung befasst. Anschließend war er als Projektleiter in der Unternehmensorganisation einer Bank tätig. Seit einigen Jahren arbeitet er wieder im Bildungsbereich. Er organisiert und leitet Fortbildungen für Erwachsene zur Persönlichkeitsentwicklung und beruflichen Weiterbildung.

Was qualifiziert mich zum Coach?

- eine akademische pädagogisch-psychologische Ausbildung mit Universitätsabschluss (Diplom)
- eine anerkannte langjährige Weiterbildung in einem therapeutischen Verfahren der humanistischen Psychologie (Psychodrama-Leiter)
- eine zertifizierte Vollzeit-Weiterbildung als Personalreferent mit Schwerpunkt "Personalentwicklung"
- langjährige Berufserfahrung als Dozent (Trainer) in der beruflichen Weiterbildung zu Kompetenzthemen (soft skills)
- Leitung von Selbsterfahrungsgruppen mit eigener Supervision
- Berufserfahrung in Wirtschaftsunternehmen (Business-Kompetenz)

Was können Sie von mir erwarten?

- eine positive Grundeinstellung zum Leben und den Anforderungen in der modernen Arbeitswelt
- Einfühlungsvermögen und Offenheit für die "Erlebniswelt" anderer und individuelle Lebensziele
- wohlwollendes, gleichwohl deutliches Feedback
- methodische Handlungssicherheit und Struktur
- Reflexionskompetenz und fokussierten Input

Ob ich für Sie der passende Ansprechpartner bin, ob Sie in mir einen guten Coach sehen können, liegt in Ihrem Ermessen und Verständnis und hängt vom inhaltlichen Anliegen ab.

Mein Selbstverständnis von der Rolle des Beraters im Coaching-Prozess ist beeinflusst vom Menschenbild der modernen Anthropologie. Mein Anliegen ist es, Menschen zu befähigen, ihre Persönlichkeit zu entwickeln und im Handeln zu entfalten. Coaching verstehe ich als eine begleitende persönliche Hilfestellung, sich seiner natürlichen Würde als Mensch bewusst zu werden, spontan und kreativ sein Leben selbst zu bestimmen, in voller Verantwortung für sich und seine Umwelt.

"Rufen Sie mich an. Ich freue mich über Ihr Interesse und bespreche mit Ihnen Ihr Anliegen vertrauensvoll. Der Erstkontakt ist für Sie unverbindlich und kostenlos."

Jochen Bindseil

Telefon: 06033/926714

www.berufsrolle-coaching.de