

## Factsheet Biografiecoaching

Der Erfolg eines Unternehmens steht oder fällt sehr stark mit den Führungsfähigkeiten der Verantwortlichen. Diese sind stark gefordert und oft ist die Belastung so groß, dass es regelrecht an die Substanz geht: das Festhalten an Vergangenen und die Angst vor der Zukunft verschleiern die Sicht auf aktuelle Probleme und Situationen und machen nicht selten handlungsunfähig.

Persönliche Zukunftsherausforderungen stellen Wendepunkte in unserem Leben dar.

### Wann ist ein Biografiecoaching sinnvoll?

- Ihr Unternehmen steht vor einer drastischen Veränderung und sie wollen klären: Welche Aufgabe habe ich darin? Habe ich das Potenzial dazu? Liegen meine Stärken vielleicht ganz woanders? Bleibe ich da oder gehe ich?
- Sie haben Ihre Karriereziele erreicht und sind trotzdem – oder gerade drum – unzufrieden oder in einer Sackgasse gelandet. Sie fragen sich: Muss ich mir neue Ziele stecken, vielleicht außerhalb des Berufs?
- Sie wurden gefeuert und haben Angst vor der Zukunft. Sie wollen wissen: Wo stehe ich? Wie ist es dazu gekommen? Was ist der Weg zu neuem Erfolg?
- Sie sind in einem Lebensalter oder einer Lebenssituation, Ihre eigene Firma aufzugeben und wissen noch nicht, wie Sie die Übergabe gestalten sollen. Ihre Fragen sind: Verkaufe ich? Übergebe ich an die Kinder? Lasse ich externe Manager:innen ran? Wie gestalte ich das alles?
- Ihr Job zerrt an den Nerven und sie haben das Gefühl, es wird langsam zu viel. Sie fragen sich: Soll ich kürzertreten? Wie werde ich wieder fitter und ausgeglichener? Muss ich etwas ganz Neues machen? Was ist überhaupt los mit mir?

Ich stehe Ihnen an solchen Wendepunkten zur Seite. Ich ermögliche Ihnen die Sicht auf Ihre Situation aus einem anderen Blickwinkel und erarbeite gemeinsam mit Ihnen Lösungsmöglichkeiten und Handlungsoptionen. Auf diesem Weg bin ich Ihr persönlicher Begleiter.

### Wie arbeite ich?

Die oben genannten Fragen sind meines Erachtens keine klassischen Fragestellungen für systemisches, lösungsorientiertes Coaching. Es geht um unübersichtliche Situationen, berufliche Herausforderungen besonderer Art oder gar Sinnkrisen, Erschöpfungszustände und drohendes Burnout von gestandenen Persönlichkeiten. Da braucht es mehr.

Die geeignete Methode für die Gestaltung persönlicher Wendepunkte ist ein Biografiecoaching.

Biografiecoaching ermöglicht differenzierte (Muster-)Analysen:

- des bisherigen biographischen Lebensentwurfs,
- bzgl. der Vergangenheit, der Gegenwart und der möglichen Zukunft,

- von Kontext, Körper, Geist und Seele,
- von Qualifikations- und Fähigkeitsprofilen,
- von Tugenden, Lastern und Selbstsabotageverhalten,
- von Beziehungsnetzwerken
- von finanziellen Realisierungsvoraussetzungen.

Biografiecoaching arbeitet

- mit bildgebenden Verfahren, Szenarienketten, und Plausibilitätsbrücken
- zur Zielideenfindung, Zielkonkretisierung, Ziel- und Umsetzungsplanung,
- mit Risikoabschätzungen und ökologischen Checks,
- mit Adhärenz- und Multivalenzklärungen
- und mit Entscheidungsprüfungen und Entscheidungsarchitekturen.

## Ihr Nutzen

- Am Ende der Beratung steht eine Verschreibung mit Entscheidungen, Übungen und Aufgaben, die schriftlich zusammengefasst werden und Ihnen damit konkrete Hilfestellung geben, Ihre Biografie und Karriere zu gestalten.